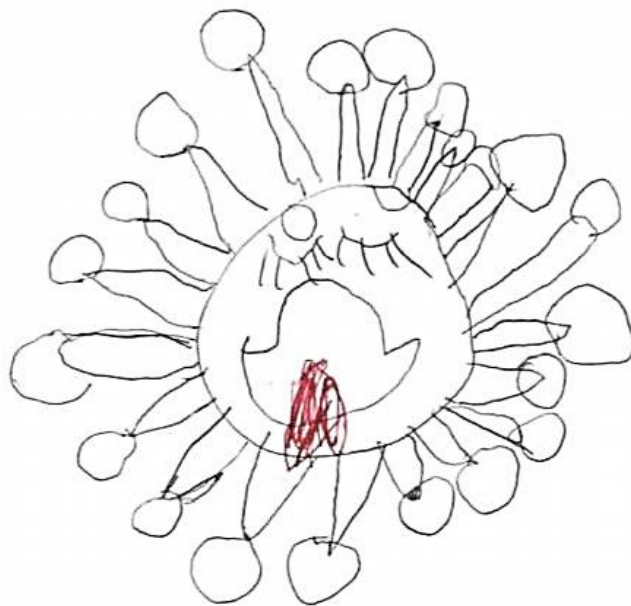


dr Jelena MIĆEVIĆ KARANOVIĆ
dr Angela MESAROŠ ŽIVKOV
dr Milanka MALJKOVIĆ
dr Rosa ŠAPIĆ
dr Dragana MALEŠEVIĆ
dr Vladimir VARAĐANIN
mr Srbislava PAVLOV
Ana VUKOBRAT, master
Tanja BRKLJAČ, master

EKSPLOKACIJA ADAPTACIJE STUDENATA VISOKE ŠKOLE STRUKOVNIH STUDIJA ZA OBRAZOVANJE VASPITAČA U KIKINDI NA KRIZNU SITUACIJU IZAZVANU PANDEMIJOM COVID-19



VISOKA ŠKOLA STRUKOVNIH STUDIJA ZA OBRAZOVANJE VASPITAČA U KIKINDI

Na sednici Nastavno-stručnog veća Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi, održanoj elektronskim putem u trajanju od 8. do 10. aprila 2020. godine, doneta je odluka (broj 118-4) da Škola bude nosilac projekta čiji je naziv:

**EKSPLORACIJA ADAPTACIJE STUDENATA VISOKE ŠKOLE STRUKOVNIH
STUDIJA ZA OBRAZOVANJE VASPITAČA U KIKINDI NA KRIZNU
SITUACIJU IZAZVANU PANDEMIJOM COVID-19**

**dr Jelena Mićević Karanović
dr Angela Mesaroš Živkov
dr Milanka Maljković
dr Rosa Šapić
dr Dragana Malešević
dr Vladimir Varađanin
mr Srbislava Pavlov
Ana Vukobrat, master
Tanja Brkljač, master**

**EKSPLORACIJA ADAPTACIJE STUDENATA VISoke ŠKOLE STRUKOVNIH
STUDIJA ZA OBRAZOVANJE VASPITAČA U KIKINDI NA KRIZNU
SITUACIJU IZAZVANU PANDEMIJOM COVID-19**

Kikinda, 2020.

PRESCHOOL TEACHERS' TRAINING COLLEGE IN KIKINDA

**Jelena Mićević Karanović, PhD
Angela Mesaroš Živkov, PhD
Milanka Maljković, PhD
Rosa Šapić, PhD
Dragana Malešević, PhD
Vladimir Varađanin, PhD
Srbislava Pavlov, MSc
Ana Vukobrat, MA
Tanja Brkljač, MA**

**AN EXPLORATION INTO PRESCHOOL TEACHERS' TRAINING COLLEGE
STUDENTS' ADAPTATION TO THE CRISIS CAUSED BY THE COVID-19
PANDEMIC**

Kikinda 2020

ZAHVALNICA I POSVETA

Realizacija istraživanja i objavljivanje ove monografije ne bi bili mogući da nije bilo spremnosti direktorice dr Angele Mesaroš Živkov i Nastavno-stručnog veća Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi da podrže i daju saglasnost za realizaciju projekta.

Zahvaljujemo medijima koji su redovno izveštavali javnost o toku istraživanja i rezultatima dobijenim u okviru projekta.

Posebnu zahvalnost dugujemo našim studentima/studentkinjama osnovnih i master strukovnih studija koji su pristupili onlajn istraživanju i svojim odgovorima, sugestijama i predlozima dali neizmeran doprinos realizaciji projekta i kompletiranju ove knjige.

Zahvaljujemo direktorima, vlasnicima, rukovodiocima, stručnim saradnicima i vaspitačima predškolskih ustanova koji su nam omogućili da stupimo u kontakt sa roditeljima i starateljima dece predškolskog uzrasta, kao i svim našim prijateljima i rođacima koji su nam ustupili crteže svoje predškolske dece.

Izuzetnu zahvalnost dugujemo deci predškolskog uzrasta čiji su crteži ulepšali i obogatili monografiju koja je nastala upravo u vreme proglašenog vanrednog stanja usled pandemije izazvane koronavirusom, u toku aprila 2020. godine.

Monografiju posvećujemo svoj deci predškolskog uzrasta koja se nalaze, kada je skorija istorija čovečanstva u pitanju, u nezapamćenoj i nezabeleženoj kriznoj situaciji izazvanoj pandemijom virusa korona.

Posvećujemo je svim hrabrim predškolcima koji se suočavaju sa brojnim preprekama koje osujećuju njihove uobičajene navike i svakodnevnu igru, onima čije pametne reči ostavljaju bez teksta najveće umove, a crteži bez daha najveće umetnike.


Hvala deci kojoj se divimo!

*U ime istraživačkog tima, autorka projekta,
dr Jelena Mićević Karanović, prof.*

SADRŽAJ

OSNOVNI PODACI O PROJEKTU.....	7
PROJECT SUMMARY	10
APSTRAKT I KLJUČNE REČI	13
ABSTRACT AND KEY WORDS	14
PREDGOVOR.....	15
PREFACE	18
PROJEKAT	21
THE PROJECT	24
TEORIJSKA RAZMATRANJA	27
STANJE SRODNIH ISTRAŽIVANJA U INOSTRANSTVU I SRBIJI	71
METOD.....	102
REZULTATI I DISKUSIJA.....	107
ZAKLJUČAK.....	138
ZAVRŠNA REČ AUTORKE PROJEKTA	150
PREPORUKE	160
PRILOG 1: IMEJL - POZIVNO PISMO I OBAVEŠTENJE UPUĆENI STUDENTIMA	179
PRILOG 2: IMEJL UPUĆEN STUDENTIMA SA KRATKIM UPUTSTVOM	180
PRILOG 3: UPITNIK	182
PRILOG 4: IMEJL UPUĆEN DIREKTORIMA I VLASNICIMA PREDŠKOLSKIH USTANOVA U VEZI SAGLASNOSTI.....	190
PRILOG 5: IMEJL UPUĆEN VASPITAČIMA, RODITELJIMA I STUDENTIMA U VEZI DEČJIH CRTEŽA	191
PRILOG 6: SAOPŠTENJA ZA MEDIJE	194
PRILOG 7: PRIKAZ SVIH ODGOVORA ISPITANIKA NA PITANJA OTVORENOG TIPA	227
PRILOG 8: CRTEŽI DECE PREDŠKOLSKOG UZRASTA NASTALI U VREME PANDEMIJE	266

OSNOVNI PODACI O PROJEKTU

NAZIV PROJEKTA	EKSPLORACIJA ADAPTACIJE STUDENATA VISOKE ŠKOLE STRUKOVNIH STUDIJA ZA OBRAZOVANJE VASPITAČA U KIKINDI NA KRIZNU SITUACIJU IZAZVANU PANDEMIJOM COVID-19
NOSILAC PROJEKTA	 VISOKA ŠKOLA STRUKOVNIH STUDIJA ZA OBRAZOVANJE VASPITAČA U KIKINDI
INICIJATORKE PROJEKTA	dr Jelena Mićević Karanović Ana Vukobrat, MA
AUTORKA PROJEKTA	dr Jelena Mićević Karanović
STRUČNI ORGAN KOJI JE PODRŽAO PROJEKAT	Nastavno-stručno veće Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi donelo je odluku (broj 118-4) da Škola bude nosilac projekta čiji je naziv <i>Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19</i>
ČLANOVI TIMA PROJEKTA I AUTORI MONOGRAFIJE	dr Jelena Mićević Karanović dr Angela Mesaroš Živkov dr Milanka Maljković dr Rosa Šapić dr Dragana Malešević dr Vladimir Varađanin mr Srbislava Pavlov Ana Vukobrat, master Tanja Brkljač, master
VREMENSKI OKVIR ISTRAŽIVANJA	Od 10. do 15. aprila 2020. godine trajalo je anketiranje Od 15. do 30. aprila 2020. godine trajalo je prikupljanje dečjih crteža
METOD	Onlajn anketno istraživanje na uzorku
UZORAK	Ukupan uzorak N = 179 N1 = 125 studenata osnovnih strukovnih studija (poduzorak) N2 = 54 studenata master strukovnih studija (poduzorak)
GLAVNI DELOVI KNJIGE	Osnovni podaci o projektu Apstrakt i ključne reči Predgovor Projekat Teorijska razmatranja Stanje srodnih istraživanja u inostranstvu i Srbiji Metod Rezultati i diskusija Zaključak Završna reč autorke projekta Preporuke Prilozi
REZIME REZULTATA I OSNOVNI ZAKLJUČCI	<ul style="list-style-type: none"> – najveći broj ispitanika smatra da su dobro i pravovremeno informisani o koronavirusu, većina ih se informiše putem televizije, najveći broj studenata se o koronavirusu dnevno informiše prosečno do jednog sata i većina ispitanika ima samo delimično poverenje u medije; – emocije neprijatnosti dominiraju nad emocijama prijatnosti, uz umereno

- izraženo osećanje empatije i optimizma i slab intenzitet emocija vezanih za osećaj nesreće i napetosti, kao i umeren stepen osećaja uznemirenosti, straha, nervoze, tuge, zabrinutosti i nemoći;
- većina ispitanika slobodno vreme najčešće provodi tako što se pridružuje ukućanima u realizaciji kućnih obaveza i pasivno provode vreme u toku pandemije i izolacije;
 - najčešće strategije za prevladavanje stresa su: proaktivna strategija, strategija reflektivnog prevladavanja i strateško planiranje u prevladavanju stresa;
 - većina ispitanika smatra da su socijalni odnosi i emocionalne interakcije u porodici za vreme vanrednog stanja nepromenjeni;
 - kod najvećeg broja ispitanika u lokalnim zajednicama postoje centri za podršku u vanrednim situacijama i pomoć ljudima koji su u izolaciji i najveći broj ispitanika smatra da ih je sasvim dovoljno;
 - većina ispitanika smatra da su njihovi socijalni odnosi sa drugim studentima i studentkinjama tokom vanrednog stanja nepromenjeni;
 - većina ispitanika duboko saoseća sa zaraženima ili obolelima od koronavirusa, a kada je reč o odnosu ispitanika prema porodicima u kojoj ima zaraženih i/ili obolelih od koronavirusa, većina ispitanika smatra da se to svakome može dogoditi, odnosno ne ispoljavaju diskriminaciju ni stigmatizaciju zaraženih, obolelih niti njihovih porodica;
 - najvećem broju ispitanika nedostaje druženje s bliskim ljudima – rodbinom, prijateljima, kolegama i koleginicama sa fakulteta i dečkom/devojkom i većina ispitanika je navela da će se prvo videti i družiti sa dragim i bliskim osobama kada se ukine vanredno stanje i prođe pandemija;
 - najvećem broju ispitanika pandemija i vanredno stanje nisu promenili stavove;
 - većina ispitanika je kao najlepšu i najafirmativniju motivacionu poruku koju su dobili preko medija, a tiče se preporuka za očuvanje psihofizičkog zdravlja i zaštite sebe i drugih, navelo poruku „Ostani kod kuće”;
 - kada je reč o najlošijim porukama koje su dobili preko medija i za koje smatraju da su dezinformacija ili da stvaraju paniku kod građana, većina ispitanika je odgovorila da su to lažne informacije (preuranjene) vezane za 24-časovnu zabranu kretanja, nestanak namirnica i sl., kao i poruke vezane za to da se približavamo italijanskom i španskom scenariju... Pojedini su naveli da su to teorije zavere, izjave pojedinih lekara o banalnosti virusa, kao i da je „Kikinda – srpski Vuhan” i druge poruke;
 - kada je reč o ličnim afirmativnim i motivacionim porukama koje bi podelili sa drugima, većina ispitanika je navela poruke optimizma, da će sve ovo proći i poruke vezane za zdravlje, te da se treba čuvati i pridržavati propisanih mera;
 - kada je reč o prioritetima u uslovima života tokom vanrednog stanja, najvećem broju ispitanika prioriteti su porodica i zdravlje, potom učenje i rad na sebi, ispunjeno vreme, higijena i bezbednost;
 - samoprocena adaptacije na vanredno stanje upućuje na zaključak da su se ispitanici dobro adaptirali na postojeću kriznu situaciju, jer je prosečan rezultat 7,60, na skali od 1 do 10;

- većina ispitanika apsolutno smatra da su poruke u vezi pandemije i vanrednog stanja koje Škola postavlja na društvene mreže u vreme vanrednog stanja dovoljno ohrabrujuće;
- većini ispitanika mnogo pomažu komunikacija sa porodicom, zatim komunikacija sa prijateljima i humor u vidu poruka koje kruže društvenim mrežama, dok im najviše odmaže nemogućnost ličnih kontakata sa porodicom i prijateljima;
- kada je reč o evaluaciji onlajn nastave u VŠSSOV, najveći broj ispitanika apsolutno smatra da su informacije na sajtu Škole vezane za onlajn nastavu korisne, da su nastavnici i saradnici dostupni putem imejla; da delimično uspevaju da putem onlajn nastave steknu predispitne poene i da realizuju vežbe, seminarske radove i druge zadatke predviđene planom i programom, a većina studenata smatra da delimično uspeva da savlada gradivo predviđeno nastavnim planom i programom putem onlajn nastave;
- kada je reč o zabrinutosti vezanoj za nemogućnost realizovanja prakse u predškolskim ustanovama, distribucija odgovora pokazuje da većina ispitanika smatra da će to uspeti da nadoknade;
- kada je reč o konkretnim preporukama za poboljšanje rada Škole u vanrednoj situaciji i kada je onlajn nastava u pitanju, zaključujemo da je najveći broj ispitanika zadovoljan radom Škole.

**IZDAVAČ
MONOGRAFIJE**

Nastavno-stručno veće Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi, na sednici održanoj elektronskim putem od 8. do 10. maja, 2020. godine, donelo je odluku (broj 140-3) da Škola bude izdavač onlajn izdanja monografije: *Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19*


**VIDEO PREZENTACIJA
ODABRANIH DEČJIH
RADOVA**

[BIIICCOB - Students](#)

ISBN

978-86-85625-51-0

PROJECT SUMMARY

PROJECT TITLE	AN EXPLORATION INTO PRESCHOOL TEACHERS' TRAINING COLLEGE IN KIKINDA STUDENTS' ADAPTATION TO THE CRISIS CAUSED BY THE COVID-19 PANDEMIC
CARRIED OUT UNDER THE AUTHORITY OF	 PRESCHOOL TEACHERS' TRAINING COLLEGE IN KIKINDA
PROJECT INITIATORS	Jelena Mićević Karanović, PhD Ana Vukobrat, MA
PROJECT AUTHOR	Jelena Mićević Karanović, PhD
AUTHORITATIVE BODY SUPPORTING THE PROJECT	College council of the Preschool Teachers' Training College in Kikinda passed the decision (No 118-4) that the College be the bearer of the project entitled <i>An exploration into Preschool Teachers' Training College in Kikinda students' adaptation to the crisis caused by the Covid-19 pandemic</i>
PROJECT TEAM MEMBERS AND AUTHORS OF THE MONOGRAPH	Jelena Mićević Karanović, PhD Angela Mesaroš Živkov, PhD Milanka Maljković, PhD Rosa Šapić, PhD Dragana Malešević, PhD Vladimir Varađanin, PhD Srbislava Pavlov, MSc Ana Vukobrat, MA Tanja Brkljač, MA
RESEARCH TIME FRAME	April 10 th to April 15 th 2020 – online survey April 15 th to April 30 th 2020 – collecting of children's drawings
METHOD	Online survey on a sample
SAMPLE	Sample total N = 179 N1 = 125 students of undergraduate vocational studies (subsample) N2 = 54 students of master vocational studies (subsample)
MONOGRAPH CONTENTS	Project summary Abstract and key words Preface The project Theoretical considerations Current similar researches done in Serbia and abroad Method Research results and discussion Conclusion Closing remarks of the project author Recommendations
SUMMARY OF RESULTS AND MAIN CONCLUSIONS	<ul style="list-style-type: none"> – the largest number of respondents believe that they are informed well and in a timely manner on the corona virus, most of them inform themselves through TV, the largest number of students spend an average of up to one hour a day informing themselves on the corona virus, and the majority of respondents trust the media only to a certain extent; – emotions of discomfort dominate over the emotion of comfort, with

- moderate feelings of empathy and optimism, mild feelings of misfortune and tension, and a moderate degree of irritation, fear, anxiety, sadness, worry and helplessness;
- the majority of respondents spend most of their free time joining their family members in doing house chores and spend their time during the pandemic and in isolation passively;
 - the respondents' most common strategies for overcoming stress are: proactive strategy, reflective strategy of stress management and strategic planning in overcoming stress;
 - the majority of respondents find that the social relationships and emotional reactions in their families remained the same during the state of emergency;
 - the largest number of respondents report that local communities have centres offering support in states of emergency and to people in isolation and the largest number of respondents think that there are enough of such centres;
 - most respondents feel that their social relations with the other students remained the same during the state of emergency;
 - most respondents report deep feelings of empathy for the infected or sick with Covid-19, and when it comes to the respondents' attitude towards the families of infected and/or sick with Covid-19, the majority of respondents feel that it could happen to anyone, which means that they do not show feelings of discrimination nor stigmatization of the infected, the sick or their families;
 - the largest number of respondents miss spending time with their close ones – relatives, friends, colleagues from College and boyfriends/girlfriends and most respondents state they will first see and spend some time with their loved ones after the state of emergency is lifted and the pandemic is over;
 - the pandemic and the state of emergency did not affect the attitudes of the largest number of respondents;
 - the majority of respondents find the message „Stay at home“ to be the nicest and most affirmative motivational message they received through media, of all the messages and recommendations for preserving psycho-physical health and protection of one's self and others;
 - when it comes to the worst messages the respondents received through media and which they find to be misinforming or raising panic among the people, the majority of respondents said that those were false information (premature) about the 24-hour quarantine, shortage of food and supplies and similar messages, as well as the messages that we are close to experiencing the Italian and Spanish scenarios. Some respondents wrote that the worst were conspiracy theories, certain doctor's statements about the banality of this virus, as well as the phrase „Kikinda – Serbian Wuhan“ and other messages;
 - when it comes to personal affirmative and motivational messages they would like to share with others, the majority of respondents wrote messages of optimism, that this all shall pass and messages concerning health, that we should take care of ourselves and respect the emergency measures;
 - when it comes to life priorities during the state of emergency, for the

	<p>largest number of respondents, the priorities are their family and their health, then come learning and self-improvement, fulfilled time, hygiene and safety;</p> <ul style="list-style-type: none"> – the respondents’ self-assessment of their adaptation to the state of emergency leads to the conclusion that the respondents have well adapted to the existing crisis situation since the average result was 7,60 on a scale from 1 to 10; – the majority of respondents absolutely feel that the messages concerning the pandemic and the state of emergency which the College posted on social media during the state of emergency were encouraging enough; – the majority of respondents find that communication with their family members helps them the most, then comes communication with their friends and the humour in the form of messages which are circulating on social media, whereas they find the lack of face-to-face contacts with their relatives and friends most disrupting; – when it comes to the evaluation of the online teaching process in the Preschool Teachers’ Training College in Kikinda, the largest number of respondents find the information published on the College website useful; that their teachers and associates are available through e-mail; that they manage to do the exercises, seminar papers, presentations, projects and other tasks they are given to a certain extent and that the online teaching process is enabling them to complete coursework to some extent; – when it comes to the degree of students’ concern related to the fact that they were not able to go to practice activities in preschool institutions, the distribution of their answers shows that the majority of respondents believe that they will be able to make up for that; – when it comes to concrete recommendations for the College on how to improve its work and online teaching, we can conclude that the majority of respondents are satisfied with the College’s work.
<p>MONOGRAPH PUBLISHER</p>	<p>College council of the Preschool Teachers’ Training College in Kikinda on the meeting conducted electronically, from May 8th to May 10th 2020, passed the decision (No. 140-3) that the College be the publisher of the electronic version of the monograph entitled <i>An exploration into Preschool Teachers’ Training College in Kikinda students’ adaptation to the crisis caused by the Covid-19 pandemic</i></p>
<p>VIDEO PRESENTATION OF SELECTED CHILDREN’S ARTWORK</p>	<p>BIIICCOB - Students</p>
<p>ISBN</p>	<p>978-86-85625-51-0</p>

dr Jelena Mićević Karanović, prof.¹

Apstrakt:

Istraživanje predstavljeno u ovoj knjizi rezultat je realizacije projekta pod nazivom *Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19, čiji je nosilac Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi. Osnovno istraživačko pitanje se odnosi na ispitivanje da li je krizna situacija izazvala i krizna stanja kod studenata osnovnih i master strukovnih studija u VŠSSOV u Kikindi. Da bi se odgovorilo na ovo pitanje i dopunili nalazi neophodno je bilo odgovoriti i na druga pitanja vezana za protektivne faktore i psihološke resurse koje poseduju kako bi se adaptirali i prebrodili novonastalu, iznenadnu i neočekivanu kriznu situaciju. Cilj ove eksplorativne studije je da istraži oblast u kojoj ne postoji dovoljno teorijskih i empirijskih nalaza i da na deskriptivnom nivou dâ odgovore na istraživačka pitanja, objasni rezultate i ponudi preporuke u aktuelnom trenutku, u toku pandemije i proglašenog vanrednog stanja u Srbiji. Primenjeni metod je neeksperimentalan, onlajn anketno istraživanje na ukupnom uzorku od 179 ispitanika, sa poduzorcima od 125 ispitanika na osnovnim strukovnim studijama i 54 ispitanika na master strukovnim studijama. Dobijeni rezultati pokazuju da su studenti VŠSSOV u Kikindi dobro adaptirani na kriznu situaciju, te da ona kod njih nije izazvala krizna stanja, a dobijeni rezultat se interpretira u skladu sa činjenicom da su oni kao uzorak i kao budući strukovni i master strukovni vaspitači već pozitivno selekcionisani iz opšte populacije i da poseduju psihološke resurse koji su doprineli da se dobro adaptiraju na krizogeni životni događaj kao što je, u ovom slučaju, pandemija izazvana koronavirusom. Rezultati su interpretirani i u skladu sa „fazom prihvatanja“ kada je reč o fazama metamobilizacije prihvatanja promena, te smatramo da su već prevazišli faze poricanja, ljutnje, pregovaranja i/ili depresije. Dobijene nalaze stavljamo u situacioni kontekst realizacije istraživanja koje je trajalo od 10. do 15. aprila, gotovo mesec dana nakon proglašenja pandemije, ali ipak i u kontekst toga da se realizovalo u periodu najdužeg, do tada, policijskog časa u Srbiji u trajanju od 60 sati. U situaciji u kojoj je u psihološkom smislu „obustava normalnosti“ na snazi, sve vezano za proglašenje vanrednog stanja izaziva očekivane emocije neprijatnosti koje se u ovoj situaciji ne procenjuju kao deo kriznog stanja. Naime, emocije neprijatnosti dominiraju nad emocijama prijatnosti, uz umeren osećaj empatije i optimizma i slab intenzitet osećanja nesreće i napetosti, kao i uz umeren stepen osećaja uznemirenosti, straha, nervoze, tuge, zabrinutosti i nemoći. Ispitanici ne ispoljavaju diskriminacione stavove prema zaraženima i/ili obolelima, niti stigmatizaciju zaraženih i/ili obolelih i njihovih porodica. Dobijeni rezultati će biti implementirani u vidu dopune i modifikacije nastavnih sadržaja koji će se odnositi na prevenciju i zaštitu zdravlja uz obogaćivanje sadržaja koji već postoje i odnose se na adaptaciju na kriznu situaciju, pre svega u oblasti medicinskih, psiholoških i pedagoških nauka, ali i davanja konkretnih preporuka kako da se studenti, vaspitači, roditelji i deca predškolskog uzrasta što bolje adaptiraju na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19.*

Ključne reči: adaptacija, studenti, krizna situacija i Covid-19.

¹ E-mail: micevicj@sbb.rs

Jelena Mićević Karanović, PhD²

Abstract:

Research described in this book is a result of the project carried out under the title „An exploration into Preschool Teachers' Training College in Kikinda students' adaptation to the crisis caused by the Covid-19 pandemic“, under the authority of the Preschool Teachers' Training College in Kikinda. The main research question was directed towards exploring whether this time of crisis is causing psychological crisis in Preschool Teachers' Training College in Kikinda students of undergraduate and master's studies. In order to answer this question and contribute to the findings, the researchers also needed to answer other questions related to protective factors and psychological resources the students have and use to adapt and overcome the unfamiliar, sudden and unexpected crisis situation. The exploration focused on an area in which there are not enough theoretical and empirical findings and aimed to provide descriptive answers to the research questions, explain the results obtained and offer recommendations at a very timely moment, during the pandemic and declared state of emergency in the Republic of Serbia. The research method was non-experimental, an online survey on a sample of 179 respondents, with two subsamples of 125 undergraduate students and 54 master's students. The results obtained show that the Preschool Teachers' Training College in Kikinda students are well adapted to the crisis situation, and that it has not caused psychological crisis in them. These results are not surprising in light of the fact that our respondents, as a sample and future preschool teachers and master preschool teachers, have already been positively selected from the general population and are believed to possess the psychological resources which have contributed to their successful adaptation to the traumatic life event such as, in this case, Covid-19 pandemic. When it comes to the five stages of accepting change, survey results were interpreted through the „acceptance phase“, so we can conclude that our students have already overcome the phases of denial, anger, bargaining and/or depression. All the research results were analyzed within the context of the duration of our research, between April 10th and April 15th, almost a month after the announcement of the pandemic, but also within the context of the fact that the survey was open during the 60-hour police curfew in Serbia, the longest one up until then. In a situation in which there is a declared „suspension of normality“, everything related to the declaration of the state of emergency causes expected emotions of discomfort which in this situation are not evaluated as a part of emotional crisis. Namely, emotions of discomfort dominate over the emotion of comfort, with moderate feelings of empathy and optimism, mild feelings of misfortune and tension, and a moderate degree of irritation, fear, anxiety, sadness, worry and helplessness. The respondents do not show discriminatory attitudes towards the infected and/or the sick, nor stigma attached to the infected and/or the sick and their families. All the results collected in this research shall be used to enrich and modify teaching contents related to adaptation to crisis situations, predominantly within the fields of medical, psychological and pedagogical sciences, but also in the form of recommendations for students, preschool teachers, parents and preschool-aged children to help them adapt to the crisis situation caused by the Covid-19 pandemic as much as possible.

Key words: adaptation, students, crisis situation, Covid-19.

² E-mail: micevicj@sbb.rs

PREDGOVOR

*dr Jelena Mićević Karanović, prof.*³

Knjiga koja je pred Vama, *Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19*, rezultat je realizacije projekta čiji je nosilac Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi. Svi članovi istraživačkog tima su zaposleni u Visokoj školi strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi, a tim čine:

dr Jelena Mićević Karanović, doktor psiholoških nauka i profesor strukovnih studija za psihološku grupu predmeta;

dr Angela Mesaroš Živkov, doktor metodike nastave i profesor strukovnih studija u oblasti pedagoških i andragoških nauka;

dr Milanka Maljković, doktor pedagoških nauka i profesor strukovnih studija u oblasti pedagoških nauka – metodika nastave;

dr Rosa Šapić, doktor medicinskih nauka, specijalista neuropsihijatar i profesor strukovnih studija u oblasti medicinskih nauka;

dr Dragana Malešević, doktor didaktičko-metodičkih nauka, doktor pedagoških nauka i profesor strukovnih studija za pedagošku grupu predmeta;

dr Vladimir Varađanin, doktor nauka u oblasti menadžmenta i biznisa, rukovodilac za informacione sisteme i tehnologije;

mr Srbislava Pavlov, magistar u oblasti pedagoških nauka i predavač za pedagošku grupu predmeta;

Ana Vukobrat, master pedagog i asistent u oblasti pedagoških i andragoških nauka;

Tanja Brkljač, diplomirani filolog Engleskog jezika i književnosti – master i nastavnik stranog jezika.

Knjigu čine sledeća poglavlja

(autori i koautori su navedeni u zagradi):

Uvodna razmatranja

Osnovni podaci o projektu (dr Jelena Mićević Karanović, prof.) i *prevod na engleski jezik* (Tanja Brkljač, master)

Apstrakt i ključne reči (dr Jelena Mićević Karanović, prof.) i *prevod na engleski jezik* (Tanja Brkljač, master)

Predgovor (dr Jelena Mićević Karanović, prof.) i *prevod na engleski jezik* (Tanja Brkljač, master)

³ E-mail: micevicj@sbb.rs

Projekat (dr Jelena Mićević Karanović) i *prevod na engleski jezik* (Tanja Brkljač, master)

Teorijska razmatranja

Mentalna higijena u kontekstu krizne situacije i proglašenog vanrednog stanja zbog pandemije Covid-19 (dr Jelena Mićević Karanović)

Krizna situacija izazvana pandemijom Covid-19 (dr Rosa Šapić)

Prepoznavanje i upravljanje emocijama u toku pandemije (dr Dragana Malešević)

Deca predškolskog uzrasta u vanrednoj situaciji izazvanoj pandemijom Covid-19 (mr Srbislava Pavlov, dr Angela Mesaroš Živkov i Ana Vukobrat, master)

Stanje srodnih istraživanja u inostranstvu i Srbiji

Stanje srodnih i aktuelnih istraživanja u inostranim visokoškolskim institucijama (dr Milanka Maljković)

Aktuelna onlajn istraživanja u inostranstvu o ponašanju ljudi u vreme pandemije koronavirusa (Tanja Brkljač, master)

Aktuelna onlajn istraživanja u Srbiji o ponašanju ljudi u pandemiji izazvanoj Covid-19 (Ana Vukobrat, master)

Metod (dr Jelena Mićević Karanović, dr Vladimir Varađanin, mr Srbislava Pavlov, dr Angela Mesaroš Živkov, Ana Vukobrat, master i Tanja Brkljač, master)

Rezultati i diskusija (dr Jelena Mićević Karanović, dr Vladimir Varađanin, mr Srbislava Pavlov, dr Angela Mesaroš Živkov i Tanja Brkljač, master)

Zaključak (dr Jelena Mićević Karanović, dr Vladimir Varađanin, mr Srbislava Pavlov, dr Angela Mesaroš Živkov i Tanja Brkljač, master)

Završna reč autorke projekta

Psihološki aspekti pandemije (dr Jelena Mićević Karanović)

Preporuke

Lista opštih preporuka (Ana Vukobrat, master)

Preporuke Svetske zdravstvene organizacije za očuvanje mentalnog zdravlja (dr Jelena Mićević Karanović)

Preporuke za korišćenje korisnih sajtova kao pomoć studentima, roditeljima i vaspitačima (dr Angela Mesaroš Živkov, prof. i Ana Vukobrat, master)

Preporuke za korišćenje korisnih sajtova (dr Vladimir Varađanin)

Preporučeni sajtovi sa programima fizičkog vežbanja i primerima fizičkih aktivnosti za decu (dr Angela Mesaroš Živkov)

PRILOZI:

Prilog 1: Imejl – pozivno pismo i obaveštenje za studente

Prilog 2: Imejl upućen studentima sa kratkim uputstvom

Prilog 3: Upitnik

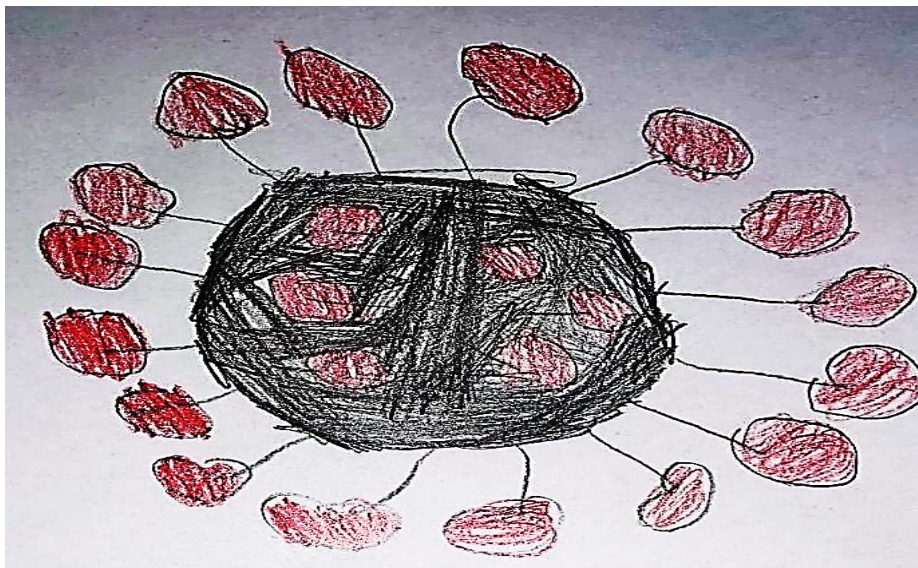
Prilog 4: Imejl upućen direktorima i vlasnicima predškolskih ustanova u vezi saglasnosti

Prilog 5: Imejl upućen vaspitačima, roditeljima i studentima u vezi dečjih crteža

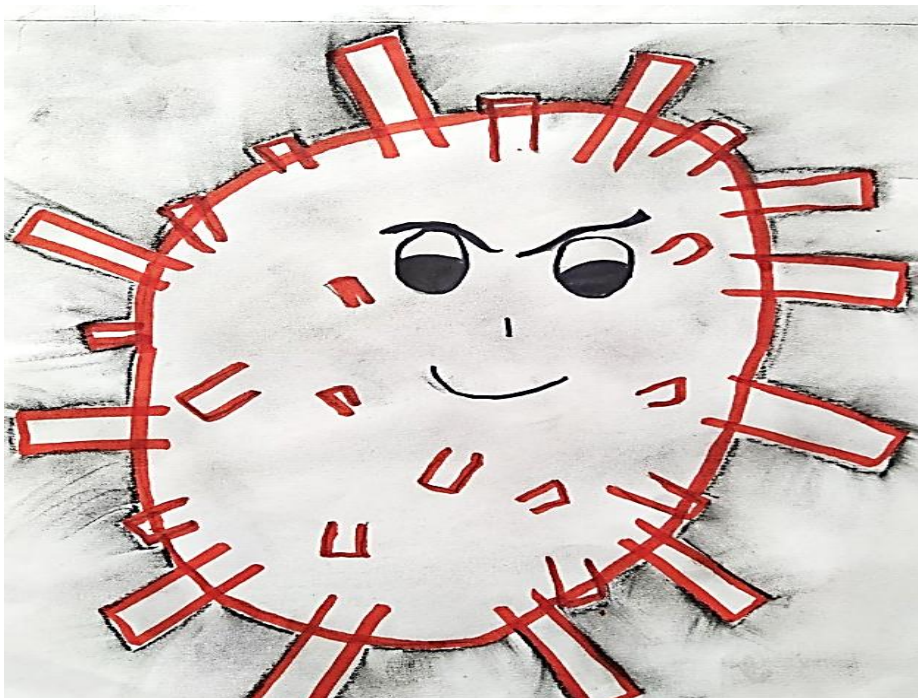
Prilog 6: Saopštenja za medije

Prilog 7: Prikaz svih odgovora ispitanika na pitanja otvorenog tipa

Prilog 8: Crteži dece predškolskog uzrasta



Slika 1: „Kako izgleda koronavirus?“, april 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 2: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april 2020. godine, devojčica, 6 godina

PREFACE

Jelena Mićević Karanović, PhD

The book before you, „An exploration into Preschool Teachers' Training College in Kikinda students' adaptation to the crisis caused by the Covid-19 pandemic“, is one of the results of the project carried out under the authority of the Preschool Teachers' Training College in Kikinda. All the members of the research team are employed at the College and the team members are:

Jelena Mićević-Karanović, PhD in psychology, vocational education professor;

Angela Mesaroš-Živkov, PhD in methodology of teaching, vocational education professor;

Milanka Maljković, PhD in pedagogy, vocational education professor;

Rosa Šapić, D.M.Sci, specialized in neuropsychiatry, vocational education professor;

Dragana Malešević, PhD in didactic-methodological sciences, PhD in pedagogy, vocational education professor;

Vladimir Varađanin, PhD in management and business, head of College ITC sector;

Srbislava Pavlov, MSc in pedagogy, vocational education lecturer;

Ana Vukobrat, MA in pedagogy, teaching assistant;

Tanja Brkljač, MA in English language and literature, English teacher.

The book contents are

(names of authors and coauthors are given in parenthesis):

Introductory considerations

Project summary (Jelena Mićević Karanović, PhD) and *the English translation* (Tanja Brkljač, MA)

Abstract and key words (Jelena Mićević Karanović, PhD) and *the English translation* (Tanja Brkljač, MA)

Preface (Jelena Mićević Karanović, PhD) and *the English translation* (Tanja Brkljač, MA)

The project (Jelena Mićević Karanović, PhD) and *the English translation* (Tanja Brkljač, MA)

Theoretical considerations

Mental hygiene in the context of crisis and declared state of emergency during the Covid-19 pandemic (Jelena Mićević Karanović, PhD)

Crisis situation caused by the Covid-19 pandemic (Rosa Šapić, D.M.Sci.)

Recognizing and managing emotions during the pandemic (Dragana Malešević, PhD)

Preschool-aged children in the state of emergency caused by the Covid-19 pandemic (Srbislava Pavlov, MSc, Angela Mesaroš Živkov, PhD, Ana Vukobrat, MA)

Current similar researches done in Serbia and abroad

Current similar researches done in foreign institutions of higher education (Milanka Maljković, PhD)

Current foreign online researches on people's behaviour during the coronavirus pandemic (Tanja Brkljač, MA)

Current online researches in Serbia on people's behaviour during the Covid-19 pandemic (Ana Vukobrat, MA)

Method (Jelena Mićević Karanović, PhD, Vladimir Varađanin, PhD, Srbislava Pavlov, MSc, Angela Mesaroš Živkov, PhD, Ana Vukobrat, MA and Tanja Brkljač, MA)

Research results and discussion (Jelena Mićević Karanović, PhD, Vladimir Varađanin, PhD, Srbislava Pavlov, MSc, Angela Mesaroš Živkov, PhD and Tanja Brkljač, MA)

Conclusion (Jelena Mićević Karanović, PhD, Vladimir Varađanin, PhD, Srbislava Pavlov, MSc, Angela Mesaroš Živkov, PhD and Tanja Brkljač, MA)

Closing remarks of the project author

Psychological aspects of the pandemic (Jelena Mićević Karanović, PhD)

Recommendations

List of general recommendations (Ana Vukobrat, MA)

World Health Organization's recommendations for mental health preservation (Jelena Mićević Karanović, PhD)

Recommendations of useful websites as help for students, parents and preschool teachers (Angela Mesaroš Živkov, PhD and Ana Vukobrat, MA)

Recommendations of useful websites (Vladimir Varađanin, PhD)

Recommended websites offering programmes of physical exercise and examples of physical activities for children (Angela Mesaroš Živkov, PhD)

APPENDICES:

Appendix 1 – Email – first call and explanation for students

Appendix 2 – Email sent to students with a short instruction

Appendix 3 – The questionnaire

Appendix 4 – Email sent to managers and owners of preschool institutions regarding their consent to research

Appendix 5 – Email sent to preschool teachers, parents and students regarding children's drawings

Appendix 6 – Press releases

Appendix 7 – All the respondents' answers to open-ended questions

Appendix 8 – Children's drawings



Slika 3: „Kako izgleda koronavirus?“, april 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 4: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april 2020. godine, devojčica, 5 godina

dr Jelena Mićević Karanović, prof.⁴

Predmet i problem istraživanja

Istraživanje se bavi ispitivanjem adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19 u vreme izbijanja pandemije i proglašenja vanrednog stanja u Srbiji. Osnovno istraživačko pitanje se odnosi na to da li je krizna situacija izazvala i krizna stanja kod studenata. Da bi se odgovorilo na ovo istraživačko pitanje i dopunili nalazi neophodno je odgovoriti i na druga istraživačka pitanja vezana za protektivne faktore koje koriste, psihološke resurse koje poseduju i koriste kako bi se adaptirali i prebrodili novonastalu, iznenadnu i neočekivanu kriznu situaciju, jer koronavirus nastavlja globalno širenje, broj dijagnostikovanih slučajeva Covid-19 se i dalje povećava, a anksioznost vezana za pandemiju raste. Iako je osećaj zabrinutosti kao odgovor na pretnju normalna ljudska reakcija, dugotrajna i intenzivna anksioznost ipak može da potkopa konstruktivne reakcije na krizu, te se naše istraživanje odnosi i na ispitivanje samoprocene anksioznosti i strategija za prevladavanje stresa. Dalja istraživačka pitanja vezana su za ispitivanje socijalnih odnosa u porodici, lokalnoj zajednici i sa drugim studentima, kao i stav prema zaraženima, obolelima od Covid-19 i njihovim porodicama, od ravnodušnosti, empatije do stigmatizacije. Istraživanje obuhvata i ispitivanje samoprocene opšteg stepena adaptacije, protektivnih faktora koji olakšavaju adaptaciju ili pak čine prepreku za adaptaciju. Posebno važan aspekt u našem istraživanju je evaluacija onlajn nastave u Visokoj školi strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi koja je započeta neposredno po proglašenju vanrednog stanja.

Sadržaj istraživanja

Istraživanje obuhvata ispitivanje:

- *Kognitivne komponente* koja uključuje znanje i informisanost o koronavirusu (samoprocena informisanosti, izvora informisanja, poverenja u pouzdanost i izvore informacija, vreme koje ispitanici provode informišući se);
- *Emocionalne komponente*, definisane preko samoprocene dominantnog emocionalnog stanja u toku vanrednog stanja, od emocija prijatnosti, neprijatnosti, pa do samoprocene stepena anksioznosti;
- *Bihevioralne komponente*, odnosno ponašanja u toku vanrednog stanja (kako provode slobodno vreme; u kom stepenu reaguju proaktivno i/ili reflektivno; u kom stepenu strateški planiraju prevladavanje stresa; da li reaguju preventivno i koje napore ulažu u pronalaženje

⁴ E-mail: micevicj@sbb.rs

spoljašnjih i unutrašnjih emocionalnih resursa ili pak koriste strategiju izbegavanja; koje strategije odlaganja razmišljanja ili bavljenja potencijalno stresnim situacijama koriste);

- *Socijalnih odnosa u porodici* koji uključuju procenu da li su ti odnosi nepromenjeni, bolji ili pak narušeni, uz emocionalne reakcije i komunikaciju u porodici; *socijalne odnose u lokalnoj zajednici* koji se odnose na ispitivanje da li u lokalnoj sredini ispitanika postoje centri za podršku u vanrednim situacijama i ljudima koji su u izolaciji i *socijalne odnose sa drugim studentima*, odnosno procenu da li su ti odnosi sada bolji, narušeni ili su ostali nepromenjeni;
- *Stava prema zaraženima, obolelima od Covid-19 i njihovim porodicama*, od ravnodušnosti, empatije do izbegavanja, stigmatizacije i diskriminacije;
- *Samoprocenu opšteg stanja adaptacije* koja obuhvata ispitivanje šta studentima najviše nedostaje; koje su im motivacione poruke važne, a koje ih poruke koje su dobili preko medija uznemiravaju; njihove lične afirmativne poruke i samoprocenu stepena adaptacije na kriznu situaciju;
- *Mehanizama sopstvenih protektivnih faktora*, odnosno ispitivanje šta je to što im najviše pomaže u vanrednoj situaciji (navike, rituali, komunikacija, savetovanje, volontiranje, pomoć drugim licima) kao i *ispitivanje šta je to što im najviše odmaže tokom vanrednog stanja* (panika, strah, anksioznost, informisanost-dezinformisanost);
- *Kvaliteta onlajn nastave*, odnosno evaluaciju nastave, uz istraživanje da li su studentima informacije na sajtu Škole korisne, da li su im nastavnici i saradnici dostupni putem imejla, da li uspevaju da u dovoljnoj meri, putem onlajn nastave, prikupe predispitne poene, urade vežbe, seminarske radove, referate, prezentacije, projekte i druge zadatke predviđene planom i programom i da li im onlajn nastava omogućava da savladaju gradivo predviđeno nastavnim planom i programom; procenjuje se i stepen zabrinutosti u odnosu na to što im je praksa u predškolskoj ustanovi onemogućena, te da li smatraju da će to ostaviti trajnu posledicu po njihovo znanje i kompetencije ili pak smatraju da će, zbog dovoljnog ličnog iskustva i predznanja, to moći da nadoknade. Studentima je omogućeno da daju konkretne preporuke kako bi škola trebalo da postupi u ovoj situaciji kako bi im olakšala čitavu situaciju.

Cilj istraživanja

Istraživanje ima za cilj da istraži oblast u kojoj ne postoji dovoljno teorijskih i empirijskih nalaza i da na deskriptivnom nivou dâ odgovore na istraživačka pitanja, objasni nalaze i dâ konkretne preporuke u aktuelnom trenutku, u toku pandemije i proglašenja vanrednog stanja u Srbiji. Ciljevi projekta se odnose i na osveščivanje pojedinih aspekata psihičkog stanja studenata u novonastaloj i iznenadnoj kriznoj situaciji, kao i stavova koji mogu da doprinesu ublažavanju najbolnijih i najtežih doživljaja u krizi; uz preporuke da pravovremeno i adekvatno informisanje može da spreči po duševno zdravlje

rizične oblike razrešenja krize u situacijama kada se kriza može pretpostaviti, tj. kao vid priprema studenata za potencijalni krizogeni životni događaj, odnosno kao vid primarne prevencije kriznih i rizičnih situacija kako bi mogli da reaguju na adaptaciono primeren i koristan način.

Planirani i očekivani rezultati projekta

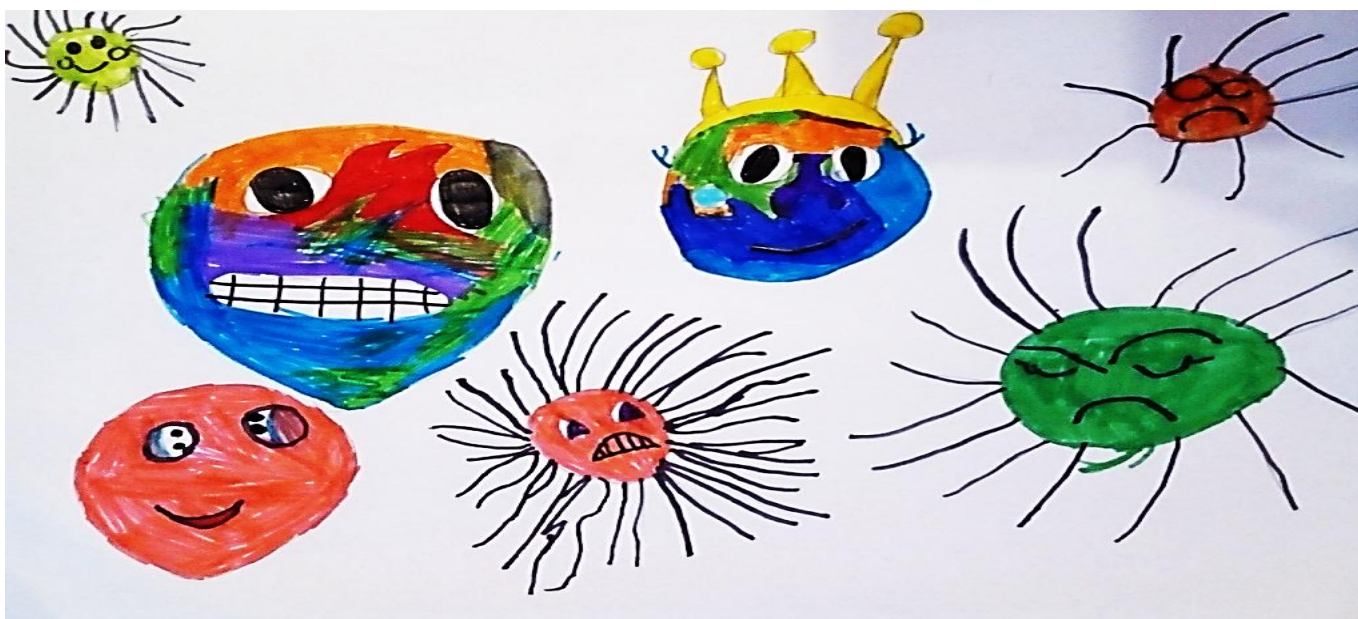
U projektovanju istraživanja očekujemo dobijanje:

- kvantitativnog i kvalitativnog prikaza distribucije odgovora ispitanika u skladu sa istraživačkim varijablama (socio-demografske, psihodispozicione, socio-psihološke varijable);
- uvida u stavove ispitanika prema zaraženima i/ili obolelima od Covid-19 i njihovim porodicama, kao i stepen zasićenosti empatijom ili stigmatizacijom;
- prikaza samoprocene adaptacije na kriznu situaciju i mehanizama sopstvenih protektivnih faktora u suočavanju sa kriznom situacijom;
- uvida u podatke vezane za evaluaciju onlajn nastave u VŠSSOV u Kikindi;
- preporuka studenata kako se adaptirati na pandemiju i proglašeno vanredno stanje u Srbiji.

Mogućnost primene rezultata projekta

Rezultate smo planirali da implementiramo u vidu:

- monografije objavljene na sajtu Škole sa ciljem informisanja studenata i šire čitalačke publike;
- izmena nastavnih sadržaja koji će se odnositi na prevenciju i zaštitu zdravlja uz obogaćivanje sadržaja koji već postoje i odnose se na adaptaciju na kriznu situaciju, pre svega u oblasti medicinskih, psiholoških i pedagoških nauka;
- davanja konkretnih preporuka kako da se studenti, vaspitači, roditelji, ali i predškolska deca što bolje adaptiraju na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19.



Slika 5: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april 2020. godine, devojčica, 6 godina

Jelena Mićević Karanović, PhD⁵

The topic and the problem of the research

The research centres on the exploration of Preschool Teachers' Training College in Kikinda students' adaptation to the crisis situation caused by the Covid-19 pandemic during the pandemic outbreak and declared state of emergency in the Republic of Serbia. The main research question was whether the crisis situation was causing psychological crisis in students. In order to answer this question and contribute to the findings, the researchers also needed to answer other questions related to protective factors and psychological resources the students have and use to adapt and overcome the unfamiliar, sudden and unexpected crisis situation, since the corona virus is continuing to spread globally, the number of diagnosed Covid-19 patients is growing, and the anxiety related to the pandemic is increasing. Even though the sense of concern as a response to a threat is a normal human reaction, a long-lasting and intense anxiety can undermine constructive responses to a crisis, which is why our research also focused on exploring the respondents' self-assessment of anxiety and stress management strategies. Further research questions were related to exploring social relationships within the family, local community and with other students, as well as the respondents' attitudes towards the infected and the sick with Covid-19 and their families, spanning from indifference, empathy to stigmatization. The researchers also explored the respondents' self-assessment of their adaptation strategies, namely the protective factors which facilitated adaptation or perhaps were an adaptation obstacle. An especially important aspect of our research was the evaluation of the online teaching process in the Preschool Teachers' Training College in Kikinda which started immediately after state of emergency was declared in our country.

Research contents

The exploratory research focused on:

- *The cognitive component*, which includes the knowledge and information on the corona virus (self-assessment of how well a respondent is informed, their sources of information, their trust in the reliability of information sources, time spent searching for information);
- *Emotional component*, defined through a respondent's self-assessment of the dominant emotional state during the state of emergency, ranging from emotions of comfort, discomfort to the self-assessment of the degree of anxiety;
- *Behavioural component*, i.e. respondents' behaviour during the state of emergency (how the respondents spend their free time; to what extent they react proactively and/or reflectively; to

⁵ E-mail: micevicj@sbb.rs

what extent they strategically plan how to overcome stress; whether they react preventively and what efforts they invest in finding external and internal emotional resources or perhaps they employ an evading strategy; what strategies of postponing thinking or dealing with potentially stress situations they use);

- *Social relations within the family*, which include an assessment of whether these relations remained the same, were improved or perhaps disrupted, with the assessment of emotional reactions and communication in the family; *social relations within the local community*, which relate to exploring whether the respondents' local communities have centres offering support in states of emergency and to people in isolation, and *social relations with other students*, i.e. an assessment of whether these relations were improved, disrupted or remained the same;
- *The attitude towards the infected and the sick with Covid-19 and their families*, ranging from indifference, empathy to avoidance, stigmatization and discrimination;
- *Self-assessment of the overall state of adaptation*, which includes exploration into what students miss the most; what motivational messages are important to them, and what messages that they receive through media alarm them; their own affirmative messages and self-assessment of their degree of adaptation to the crisis situation;
- *Mechanisms of personal protective factors*, i.e. exploration into what helps them most in the state of emergency (habits, rituals, communication, counselling, volunteering, helping others) and an *exploration into what they find most disrupting during the state of emergency* (panic, fear, anxiety, being informed-misinformed);
- *The quality of online teaching*, i.e. evaluation of the teaching process, with an exploration into whether students find the information on the College website useful, whether their teachers and associates are available through e-mail, whether they manage to do the exercises, seminar papers, presentations, projects and other tasks they are given and whether the online teaching process is enabling them to complete coursework. In addition, we assessed the degree of students' concern related to the fact that they were not able to go to practice activities in preschool institutions, and whether they feel this would leave a lasting mark on their knowledge and competence or perhaps they feel they have enough experience and knowledge to make up for that. Students were given the opportunity to give concrete recommendations for the College on how to act in this situation to make the whole period easier for them.

Research goal

The exploration focused on an area in which there are not enough theoretical and empirical findings and aimed to provide descriptive answers to the research questions, explain the results obtained and offer recommendations at a very timely moment, during the pandemic and declared state of

emergency in the Republic of Serbia. Research goals also included raising awareness on certain aspects of the psychological state of our students in the unfamiliar, sudden crisis situation, as well as the attitudes that can help mitigate the most painful and difficult experiences in the crisis; with the recommendation that timely and adequate informing can prevent potentially risky forms of resolving crisis in situations in which a crisis can be anticipated, as a way of preparing students for a potential traumatic life event, or as a form of primary prevention of crisis and risky situations which can help them respond in an adaptively appropriate and useful way.

Planned and expected project results

Researchers expect this project to provide:

- Quantitative and qualitative overview of the distribution of the respondents' answers in relation to research variables (socio-demographic, dispositional, social-psychological variables);
- Insight into the respondents' attitudes towards the infected and/or sick of Covid-19 and their families, and the reported level of empathy and stigmatization;
- Overview of respondents' self-assessment of adaptation to the crisis situation and the mechanisms of one's personal protective factors identified in facing the crisis situation;
- Insight into data related to the evaluation of the online teaching process at Preschool Teachers' Training College in Kikinda;
- Students' recommendations for adapting to the pandemic and declared state of emergency in the Republic of Serbia.

Possibilities of applying project results

Researchers plan to implement the project results as:

- A monograph published on the College website with the aim of informing students and wider public;
- Modification of teaching contents related to prevention and health protection and improvement of the contents which already exist and deal with adapting to crisis situations, predominantly in the field of medical, psychological and pedagogical sciences;
- Concrete recommendations for students, preschool teachers, parents, and preschool-aged children to adapt to the crisis situation caused by Covid-19 pandemic in the best way possible.

MENTALNA HIGIJENA U KONTEKSTU KRIZNE SITUACIJE I PROGLAŠENOG VANREDNOG STANJA ZBOG PANDEMIJE COVID-19

dr Jelena Mićević Karanović, prof. ⁶

Kako se nalazimo u jedinstvenoj situaciji u našim životima prouzrokovanoj izbijanjem pandemije koja je zahvatila gotovo čitav svet i koja pretila opstanku ljudske populacije, nesumnjivo, ali i opravdano, izaziva strepnju, zabrinutost, osećaj neizvesnosti i napetost. Mnogi građani su uplašeni, ističe se strah od nepoznatog, panika, kao i psihosomatska simptomatologija širokog spektra. Pandemija nije samo ozbiljna zdravstvena opasnost, već stvara gigantsku laboratoriju psiholoških i socijalnih bolesti i rizika, globalizovani posttraumatski stresni poremećaj sa kojima ćemo se tek suočiti. Preporučene zdravstvene mere, koje ne dovodimo u pitanje, same po sebi, takođe mogu biti pretnja po očuvanje mentalnog zdravlja imajući u vidu da se, između ostalog, odnose na (samo)izolaciju, nemogućnost kretanja, socijalno distanciranje, zabranu izlaska za vreme policijskog časa, onemogućavanje boravka u prirodi i rekreacije, druženja s prijateljima, porodicom i druge preporučene mere i zabrane. Sve te mere, kao vid mera očuvanja sopstvenog ali i zdravlja porodice i zajednice, u celini jesu opravdane *per se*, ali sa druge strane veliki su izazov u očuvanju mentalnog zdravlja.

Pojam zdravlja i njegove prevencije se ne može svesti isključivo na telesno zdravlje, jer su telesno i duševno zdravlje nedeljiva celina. To saznanje je potvrđeno i Ustavom Svetske zdravstvene organizacije. U njemu je zdravlje definisano kao stanje telesnog, duševnog i socijalnog blagostanja. Zato mentalna higijena kao naučna disciplina, koristeći se sopstvenim ali i doprinosima drugih nauka, preduzima mere usmerene ka zaštiti i unapređenju mentalnog zdravlja (Bedenić, 1984), te svakako ima veoma važnu ulogu u ovoj kriznoj situaciji, izazvanoj pandemijom koronavirusa.

U kontekstu u kojem Karl Meninger (ibid.) mentalno zdravlje opisuje kao kontinuum na čijem se jednom kraju nalazi mentalno zdravlje, a na drugom kraju stanje mentalnog poremećaja, najvažniji kriterijum mentalnog zdravlja je zapravo uspešnost s kojom čovek rešava probleme svakodnevnog života. U aktuelnom trenutku, upravo je to zahtev kojem treba da težimo – da rešavamo probleme iz svakodnevnog života, i tako iz dana u dan, sve dok ne izađemo iz ove vanredne situacije i ponovo ne uspostavimo ravnotežu u svim aspektima svakodnevnog života. Ipak, kada su zahtevi unutrašnje i spoljašnje realnosti iznad trenutnih adaptivnih moći pojedinca i nalaze se na jednom nižem, regresivnom nivou, nastaju oblici adaptacije koji se označavaju kao patologija koja može da ide od blagih mentalnih poremećaja i disfunkcija do psihotičnih poremećaja.

⁶ E-mail: micevicj@sbb.rs

Vlajković (1990) ističe da se ciljevi i zadaci mentalne higijene odnose na: *ublažavanje najbolnijih i najtežih doživljavanja u krizi i njeno razrešenje* (na primer, putem specifičnih psihoterapijskih tehnika); *sprečavanje po duševno zdravlje rizičnih razrešavanja krize u situacijama kada se kriza može pretpostaviti, tj. priprema osoba za potencijalni krizogeni životni događaj* (anticipatornim vođenjem u krizi) i *kroz praksu primarne prevencije priprema osobe* (učanjem, vaspitanjem) *da se na krize i rizične situacije reaguje na adaptaciono primereniji i korisniji način*. Upravo se zbog toga ovo razmatranje krizne situacije izazvane pandemijom Covid-19, stavlja u kontekst mentalne higijene, a sledeći deo u radu posvećujemo pojedinim ključnim pojmovima vezanim za temu istaknutu u naslovu rada, a to su: *krizna situacija, krizno stanje, faktori ličnosti koji deluju na procenu (ne)povoljnosti situacije, vulnerabilnost na stres, resursi za prevladavanje stresa i krizne situacije, lokus kontrole u suočavanju sa stresom, konstrukt stresa, odbrambeni mehanizmi, prevladavanje negativnih okolnosti, faze metamobilizacije prihvatanja promena, „obustava normalnosti“, rezilijentnost na ekstremno stresne okolnosti, posttraumatski stresni poremećaj, prevladavanje negativnih okolnosti i intervencije u krizi*.

Krizna situacija, krizno stanje, stres i drugi srodni pojmovi

Pod *kriznom situacijom* podrazumevaju se okolnosti (najčešće spoljašnjeg karaktera) koje dovode do krize, dok se *krizno stanje* odnosi na subjektivni doživljaj koji je pokrenut kriznom situacijom (Kecmanović, 1974; 1988). U literaturi koja se bavi krizom, pojavljuju se mnogi termini kojima se ona imenuje: *emocionalna kriza, životna kriza, psihološki stres, psihosocijalni stres, životna promena, frustracija, konflikt* itd. U kontekstu naše teme, opredelili smo se za termin *krizna situacija*, jer ona ne mora nužno da izazove subjektivan doživljaj *kriznog stanja* budući da će, u zavisnosti od ličnih kapaciteta, odnosno protektivnih faktora, različite osobe različito odgovoriti na kriznu situaciju, odnosno krizna situacija izazvana pandemijom koronavirusa ne mora nužno da izazove i krizno stanje kod pojedinca.

Kriza u psihološkom smislu označava preokret, obrt, pometnju u kojoj životni problemi u datom trenutku prevazilaze kapacitete osobe, a izlaženje iz zone komfora i osećaj nemoći svakako doprinose i gubitku psihološke ravnoteže u kojoj, prema Robertsu (Roberts, 2000), osoba oseća da ne može da se osloni na uobičajene mehanizme prevladavanja. Tada nastaje intenzivno emocionalno stanje svojstveno *poremećenoj ravnoteži*, a to može da motiviše osobu da traži pomoć, pri čemu je osoba u mogućnosti da razvije nove mehanizme prevladavanja.

Osobe koje su prilagodljive, zdrave, sposobne i/ili optimistične, raspolažu većim brojem *resursa prevladavanja* i *manje su vulnerabilne na stres* i druge psihološki zahtevne situacije. Iako je kompetencija za ovladavanje stresnom situacijom jedan od najznačajnijih *protektivnih faktora*, aktuelna kompetentnost nije dovoljan uslov za uspešno prevladavanje stresa. Ukoliko osoba potcenjuje svoje potencijale za akciju, strategije prevladavanja stresa se neće uspostaviti. U tom

smislu, presudna je percipirana, procenjena samoefikasnost i verovanje u sopstvene kompetencije. Sa kompetencijom su blisko povezana i verovanja o ličnoj kontroli, koja podrazumevaju opseg u kom ljudi veruju da mogu sopstvenim snagama da savladaju okolinu, da se suprotstave okolini. Opseg u kom se ljudi osećaju ranjivo u odnosu na zlo koje im se može dogoditi, uticaće na to da li će neka situacija biti procenjena kao preteća ili izazovna (Averill, 1973; Lefcourt, 1976; prema Mićević Karanović, Knežević i Radovanović, 2014).

Među najvažnijim *faktorima ličnosti koji deluju na procenu (ne)povoljnosti situacije* jesu predanost (posvećenost) i verovanje. Predanost odražava ono što je ljudima važno, ono je u osnovi izbora koji ljudi čine i ima snažnu motivacionu komponentu. Predanost deluje preko povećane osetljivosti na određene znake i nagoveštaje u određenim situacijama koje bi za pojedinca mogle biti važne, koje su mu od koristi ili bi za njega mogle biti štetne ili ugrožavajuće. Predanost deluje i preko *ranjivosti*. Što je veća/dublja predanost određenom objektu ili biću, veća je i potencijalna pretnja ili izazov koji su povezani sa pomenutim objektom i/ili bićem.

Psihološka srodnost prethodnog i aktuelnog iskustva značajno utiče na procenu situacije. Naime, ako je nepovoljna situacija potpuno nova za pojedinca, ako nijedan aspekt situacije nije do sada bio psihološki (direktno ili indirektno) povezan sa povredom i/ili gubitkom, tada neprijatne okolnosti neće sadržati procenu pretnje. Takođe, ako ni jedan aspekt situacije nije ranije bio povezan sa kontrolom ili ovladavanjem nekim područjem, znanjem ili dobitkom, tada neće doći ni do procene izazova (ibidem).



Slika 6: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije?“, april 2020. godine, devojčica, 3,5 godine

Pozitivno verovanje je važan *psihološki resurs* koji uključuje opšta i specifična verovanja pojedinca da se ishod određene situacije može kontrolisati, kao i da se može delovati na ishode. Ova verovanja čine osnovu za nadu i podstiču suočavanje i u najtežim okolnostima. Anderson (1977) i Strikland (Folkman & Lazarus, 1984) ukazuju da *lokus kontrole* utiče na *suočavanje sa stresom*: osobe unutrašnjeg lokusa kontrole sklonije su da koriste suočavanja usmerena ka rešavanju problema, dok su osobe eksternog lokusa kontrole sklonije da koriste suočavanja usmerena ka emocijama.

Konstrukt stresa relevantan je i sa aspekta proučavanja psihosocijalnih i biomedicinskih *modela adaptacije*. Ova relevantnost stresa i novija saznanja o stresu uticala su na promenu postojećih predstava o čovekovom zdravlju, održanju dobrog zdravlja i tretmanima bolesti.

U svom pokušaju da redefiniše *odbrambene mehanizme* u pravcu *adaptivnih stilova*, eksplicitno pretpostavljajući da neki od odbrambenih mehanizama mogu biti psihološki zdravi i adaptivni, Vaillant (Vaillant, 1977) ističe da se *odbrambeni mehanizmi* organizuju po principu hijerarhije; najniži nivo pripada *projektivnim* mehanizmima, potom slede *nezreli i neurotični* mehanizmi, a na četvrtom nivou su *zreli* mehanizmi. Autor ukazuje da upotreba ego mehanizama nije inherentno patološka, već da ona ima funkciju da održi i sačuva ego integritet pod različitim okolnostima.

Po shvatanju Han (Haan, 1977), o *adaptaciji na stresni događaj* može se govoriti kao o *hijerarhiji odbrambenih mehanizama* koja podrazumeva upotrebu svesnih i nesvesnih procesa. Ona ukazuje na postojanje deset bazičnih ego procesa koji se mogu ispoljiti na tri načina, odnosno, u formi *prevladavanja* (ovi procesi su svesnog karaktera, fleksibilni su i dozvoljavaju ekspresiju emocija), *odbrane* (procesu su rigidnog karaktera i usmereni su ka regulisanju anksioznosti, pre nego ka problemu) ili *fragmentacije* (reč je o ego-neuspehu koji uključuje iracionalni proces koji dovodi do distorzije intersubjektivne realnosti) (Haan, 1977, prema Mićević Karanović, Knežević i Radovanović, 2014).

U kontekstu razmatranja pandemije izazvane koronavirusom, pojedini *odbrambeni mehanizmi* bi mogli izgledati ovako:

- *negacija/poricanje* je odbijanje da se prihvati stvarnost ili činjenica, ponašajući se kao da događaj, misao ili osećanje ne postoje. Ljudi koji imaju ovaj mehanizam odbrane najčešće su saopštavali rečenice tipa: „Ma to nije ništa.”; „To je izmišljena priča.”; „To sve naduvavaju.” i sl. Ponašali su se potpuno jednako kao i pre saznanja o koronavirusu (Kraljević, 2020), a samim tim i rizično po sebe i okolinu, s obzirom na to da su prvi saveti bili da treba da se prema drugima ponašamo kao da smo i sami zaraženi, ali i da se ponašamo tako (socijalno distancirano i obazrivo) kao da su drugi zaraženi;

- *regresija* je vraćanje na raniji, prevaziđeni stadijum razvoja u suočavanju sa neprihvatljivim mislima ili nagonima. Verujemo da se regresija najviše ispoljila, za sada, kod dece kada se mogu ponašati kao kada su bila mlađa, a to se može ispoljiti u različitim postupcima (dete koje samostalno jede sada, u vanrednoj situaciji, može od roditelja/staratelja tražiti da ga hrane; dete koje samo spava može tražiti da spava sa upaljenim svetlom ili sa roditeljima/starateljima kao kada je bilo beba ili sa omiljenom igračkom; dete koje je razvilo tečan govor može početi da više tepe u govoru ili muca i sl.) (ibidem). Drastičnije se može javiti i mokrenje u krevetu. Kod odraslih se odbrambeni mehanizam regresije može ispoljiti u vidu spuštanja na niže nivoe kulturnog ponašanja u smislu psovanja ili drugih oblika društveno neprihvatljivog oblika ponašanja i izražavanja;
- „*acting out*” je ispoljavanje ekstremnog, neprihvatljivog ponašanja sa ciljem izražavanja misli ili osećanja koje je osoba nesposobna da iskaže na drugačiji način. Na primer, umesto da kaže „ljut/a sam“ ili „tužan/na sam”, osoba koja koristi „acting out” bacaće knjige ili će udarati u zid. Kada osoba koristi „acting out”, oslobađa se pritiska i oseća se smirenije i mirnije. Na primer, dečji napad besa kada ne dobije šta želi, na primer od roditelja, oblik je „acting out”-a (ibidem). Svi oni koji su reagovali na informacije o koronavirusu ponašanjem koje je inače neprihvatljivo i neprimereno, spadaju u ovu grupu. Primer može biti i ekstremno brza vožnja, ekstremno opijanje, ekstremno povećana agresivnost/bes i slično;
- *potiskivanje* je nesvesno blokiranje neprihvatljivih misli, osećanja i nagona. Najvažnije za potiskivanje je da je nesvesno, i zbog toga ljudi imaju (ni)malo kontrole nad njim. U tu grupu spadaju neki od onih koji se „dobro drže”, ne govore da osećaju strah i/ili zabrinutost već da su OK, a ukoliko se pojave neprijatna osećanja ili razmišljanja odmah ih isključuju (ibidem). Potiskivanje je zapravo vid aktivnog zaboravljanja. Ljudi nisu svesni namere niti samog procesa potiskivanja. Potiskivanje je mehanizam odbrane od sećanja koja su „nabijena” negativnim emocijama i čije bi obnavljanje u svesti dovelo do snažnog osećanja nelagodnosti i anksioznosti. To mogu biti sećanja na veoma dramatične i traumatične događaje koji su potisnuti iz svesti i nisu zaboravljeni niti pasivni, iako van svesti deluju na psihički život. Pošto im je pristup u svest „zabranjen”, oni se ispoljavaju na posredne načine, na primer, kroz snove koji su prema Frojdu *kraljevski put u nesvesno* (Fulgozi, 1985), omaške u govoru, pisanju, u simptomima neuroza itd. U nekim posebnim uslovima (hipnoza, psihoterapija), potisnuta sećanja se mogu vratiti u svest, nekad uz burno emocionalno reagovanje, posle čega nekad bar povremeno nestaju neurotični simptomi (Rot, 1996, Mićević Karanović, 2013). Svakako da se mnogi neprijatni događaji u vreme

krizne situacije izazvane pandemijom potiskuju, a potom mogu da budu temelj drugim odbrambenim mehanizmima ili neurozama;

- *pomeranje* je preusmeravanje misli, osećanja i nagona sa jednog predmeta ili osobe na drugu osobu ili predmet. Klasičan primer je kada čovek koji je ljut na šefa, ali ne može da ispolji bes na njemu jer se plaši da ne bude otpušten, umesto toga, dolazi kući i posvađa se sa suprugom ili decom, bez razloga. Taj čovek preusmerava svoj bes na suprugu ili decu. Naravno, ovo je veoma neefikasan mehanizam odbrane, zato što, iako se bes ispolji, njegovo ispoljavanje na druge ljude stvara dodatne probleme (Kraljević, 2020). U situaciji u vezi koronavirusa, svi oni koji su tugu, ljutnju i/ili strah pokazali i/ili ispoljili bez razloga na druge osobe ili situacije, koristili su na nesvesnom nivou ovaj mehanizam odbrane;
- *intelektualizacija* je preterano razmišljanje kada smo suočeni sa nekom neprihvatljivom situacijom ili ponašanjem. Osoba umesto da se suoči sa emocijama, može koristiti intelektualizaciju da udalji sebe od tog nagona, događaja ili ponašanja (ibidem). Oni koji su preterano tražili informacije o koronavirusu, koristili racionalna objašnjenja zašto nam se sve ovo događa, koriste (na nesvesnom nivou) ovaj mehanizam odbrane;
- *sublimacija* je preusmeravanje neprihvatljivih nagona, misli i emocija u prihvatljive. Na primer, kada osoba ima agresivni nagon koji ne želi da ispolji, ona se usmeri, na primer, na sport. Preusmeravanje takvih neprihvatljivih ili bolnih nagona i emocija u neke produktivnije pomaže osobi da kanališe svoju energiju koja bi inače bila izgubljena ili iskorišćena na način koji bi osobi stvorio još više anksioznosti i problema. U ovu grupu mogu spadati svi oni koji su umesto da razmišljaju i brinu zbog koronavirusa počeli intenzivno nečim drugim da se bave, te ne čudi snažna želja i potreba da se više sprema i kuva, odjednom pokosi dvorište, završi izveštaj koji bismo inače radili pet dana, preslušaju sve pesme omiljenog pevača, odgleda nekoliko filmova na dan ili za jednu noć pročita cela knjiga. Možda bi i velike kupovine sa ciljem stvaranja zaliha kod nekih mogle biti smeštene u ovu kategoriju. Sublimacija spada u grupu zrelih mehanizama odbrane i poželjna je (ibidem). Ona se takođe ispoljava i kroz humor. Humor smanjuje napetost i pomaže osobi da sagleda situaciju na drugi način ili da se fokusira na nove aspekte situacije, a po Frojdu je i jedan od puteva dolaženja do nesvesnog i potisnutog (Fulgozi, 1985);
- *asertivnost* je stavljanje naglaska na svoje potrebe i misli na način koji je direktan, siguran i pun poštovanja. Stilovi komunikacije kreću se od pasivnog do agresivnog, dok se asertivni stil nalazi tačno između. Ljudi koji su pasivni i komuniciraju na pasivan način, dobri su slušaoci, ali retko govore u svoje ime ili o svojim potrebama. Osobe koje su agresivne i koje komuniciraju na taj način, dobre su vođe, ali često na štetu tuđih ideja i potreba. Asertivni

nalaze balans kada govore za sebe, iznose svoje mišljenje ili potrebe na direktan, ali način pun poštovanja i slušaju kada im drugi govore (Kraljević, 2020). Asertivnost je jedan od najpoželjnijih stilova komunikacije i jedan od najkorisnijih odbrambenih mehanizama koji većina ljudi želi da nauči i koristi. Ocenjujemo da kampanja #OstaniKodKuće, kao i svi oni koji su na ovaj način komunicirali i reagovali, spadaju u ovu grupu.

Ostali mehanizmi odbrane koji mogu da se ispolje u toku pandemije izazvane koronavirusom su:

- *disocijacija* – nastaje kada osoba izgubi pojam o vremenu i/ili identitetu i umesto starih, u trenutku stvori nove predstave o sebi kako bi nastavila sa životom. Osobe koje su disocirane obično gube pojam o vremenu ili o sebi i o svojim uobičajenim mislima i sećanjima. Ljudi sa istorijom bilo kakvog zlostavljanja često pate od nekog oblika disocijacije (Grohol, 2014). Ovakvi slučajevi se mogu naći u toku izolacije, kada se osobe suočavaju sa svojom prošlošću i neprijatnim sećanjima koja ih opterećuju;
- *podeljeno mišljenje* je blaži oblik disocijacije, delovi *sebe* su odvojeni od svesti i ostalih instanci ličnosti i ponašanja. Kao da osoba ima podeljene skupove vrednosti (ibidem). Na primer, neko može u situaciji pandemije voditi računa isključivo o svom zdravlju, ali svojim postupcima može istovremeno da remeti i ugrozi zdravlje opšte populacije. Na primer, osoba se rekreira (šeta, džogira ili vozi bicikl), ne razmišljajući da kada bi se svi tako ponašali, smisao distanciranja i neizlaženja bez preke potrebe (još jedna od preporuka) ne bi ni postojao;
- *projekcija* je pogrešno pridavanje sopstvenih neželjenih misli, osećanja ili nagona drugoj osobi koja te misli, osećanja ili nagone ne poseduje. Projekcija se najčešće koristi kada osoba ima neprihvatljive misli koje ne može da iskaže, ili kada joj se gadi sama pomisao da ima takve misli, te ih pripisuje drugim ljudima (ibidem) (na primer, govori kako su drugi neodgovorni u ovoj vanrednoj situaciji, a u stvari ta osoba je neodgovorna);
- *reakciona formacija* je obrtanje neželjenih ili opasnih misli, osećanja i nagona u njihove suprotnosti. Na primer, žena koja je veoma ljuta na svog šefa i zbog toga želi da dá otkaz, umesto toga postaje preterano ljubazna i velikodušna prema njemu i ispoljava želju da radi tamo zauvek. Ona nije u stanju da izrazi negativne emocije besa i nezadovoljstva svojim poslom i umesto toga postaje preterano ljubazna (ibidem). Strah od gubitka posla, izmene zahteva koji se očekuju od zaposlenih, svakako mogu biti „okidač” za ovakav oblik odbrambenog mehanizma;
- *racionalizacija* je smeštanje nečega u drugačije svetlo ili davanje drugačijeg objašnjenja za nečija zapažanja ili ponašanja, sa ciljem menjanja stvarnosti (ibidem). Pošto su pravi razlozi ponašanja potisnuti, čovek pokušava da pronađe druge, prihvatljivije, opravdanije razloge

svog ponašanja. Pri tome, on nikog ne obmanjuje, već stvarno u njih veruje, u suprotnom to ne bi bio mehanizam odbrane, već laž i/ili (samo)obmana. Mogu se razlikovati dve podvrste mehanizma racionalizacije koje se slikovito nazivaju *kiselim grožđem* i *slatkim limunom*. U slučaju pandemije, traženje dobrog u socijalnoj izolaciji i/ili karantinu i ulepšavanje čitave situacije na nesvesnom nivou, zato što je osoba nemoćna, a realno joj je nedostižan drugi, uobičajeni koncept života. Tada ona počinje da veruje u to kako je „baš dobro što se svetu dogodila pandemija”, da joj je u izolaciji odlično ili pak nikad bolje (tzv. *sladak limun*), a s druge strane, umanjuje vrednosti nečega što joj je nedostižno, na primer tipa, „ionako nam se nikud ne ide”, što može biti primer za drugi tip racionalizacije, tzv. „kiselo grožđe”.

Faze metamobilizacije prihvatanja promena i „obustava normalnosti”

Ključno uveravanje i preporuke da se ne izlazi kako bi se izbegla zaraza i izolovala pandemija, sada, kada su restriktivne mere proširene, koncept „Ostani kod kuće”, iako je postao viralni *hešteg*, ljudi i dalje teško prihvataju. „Kao da se pravila uvek primenjuju na nekoga drugog, kao da uvek svako ima nešto važnije, tako da psihološki, mora se reći, situacija nije laka”, kako ističe Armando Toskano, italijanski socijalni psiholog naglašavajući da su *faze metamobilizacije prihvatanja promena, poput pandemije koja uključuje „obustavu normalnosti”* različite:

- Prva faza je *poricanje*: ne možete da razumete o čemu se govori (ozbiljnost virusa, apsolutna potreba da ostanete kod kuće), mislite da je situacija naduvana u odnosu na stvarnost i da u osnovi nema ničeg lošeg u izlaženju, na primer, na trčanje. „S jedne strane, ljudi se trude da shvate da moraju da promene svoj način života, jer se po prirodi suprotstavljaju svemu što im podriva samopoštovanje – bilo da je u pitanju posao, sastanak, prijateljstvo ili održavanje kondicije”, objašnjava Toskano Linkiesta (Dominioni, 2020), te da „sa druge strane, zdravo društvo u kojem živimo dodaje novi nivo složenosti, jer smo navikli na određeni nivo lakoće i garancije prava itd. Dakle, odustajanje od toga zvuči kao neprihvatljivo.”;
- Druga faza je *ljutnja*: nametanje neželjenog ograničenja s jedne strane, i produženi kontakti među *četiri zida kod kuće* sa, na primer, hiperaktivnom decom ili zabrinutim supružnicima s druge, mogu u nama izazvati agresiju prema novoj, kriznoj situaciji;
- Zatim dolazi faza *pregovaranja*: pokušavamo da se *dogovorimo*, kažemo „ah, da smo uradili na ovaj ili onaj način”, zamišljamo alternativne scenarije;
- Sledi faza *depresije*: u ovom slučaju *depresija* nije negativan pojam, jer znači da su *pritisци ublaženi*. Drugim rečima, mi smo rezignirani na činjenicu da će biti neophodno biti strpljiv, poštovati standarde higijene i ponašanja, čekati da prođe karantinski period;
- Na kraju, *faza prihvatanja*, ili trenutak u kojem ćemo početi da živimo na spokojan i konstruktivan način u novim uslovima (Dominioni, 2020).

U ovom trenutku, s obzirom na to da ne postoji precizno vremensko skeniranje niti faze nužno slede jedna za drugom – čini se da je javno mnjenje čvrsto u fazi pregovora, toliko da još uvek postoje oni koji misle da mogu da napuštaju kuću i da tako neće naškoditi sebi ili drugima. „Loša etiketa, koliko god bila korisna za opisivanje italijanske stvarnosti, jeste ona „amoralnog familjarizma“, a to je princip kojim pokušavam da zaštitim sebe i svoje krvne srodnike na štetu svih ostalih“, ističe Toskano (Dominioni, 2020). U Italiji, zemlji koja je podnela i još uvek podnosi najveće žrtve zbog infekcije izazvane koronavirusom, Toskano ističe da su oni kulturno naviknuti da nakon što prime informaciju, tu informaciju upoređuju i raspravljaju o njoj pre nego što je prihvate, za razliku od drugih zemalja, poput Kine, gde je pristup odozgo prema dole normalan, te da „nije lako usmeravati kolektivno ponašanje u društvu koje se mnogo raspravlja“.

Opasna zabluda je to što su ljudi skloni da misle da su svi naši najmiliji automatski zdravi, a opasna je i *stigmatizacija vulnerabilnih socijalnih grupa*, poput beskućnika, dece i/ili osoba sa invaliditetom, kao i *diskriminacija obolelih od Covid-19 i njihovih porodica* (Dominioni, 2020).

Uspešno prevladavanje negativnih okolnosti i pozitivni ishodi blisko su povezani sa konceptom *rezilijentnosti*, psihološkim potencijalom i procesom koji vodi ka pozitivnoj adaptaciji u okolnostima koje su značajno nepovoljne za život. Oldvin (Aldwin, 1994) navodi primere *dečje rezilijentnosti na ekstremno stresne okolnosti* (razvod braka roditelja, hronična bolest i sl.), kao i *izrazito traumatska iskustva odraslih* (boravak u koncentracionim logorima, suočavanje sa prirodnim katastrofama i sl.), koji i *takve životne okolnosti mogu prevladati bez razvijanja posttraumatskog stresnog poremećaja*. Ističe važnost individualnih razlika u okviru rezilijentnosti, i ukazuje da se proces prevladavanja menja tokom vremena, ne samo usled promenjenih zahteva od strane stresora, već i promenama uslovljenim transformacijom selfa.

Najadekvatnija *intervencija u krizi* podrazumeva pružanje stručne pomoći i odgovarajućeg stručnog tretmana. Osim ove konstatacije, važno je ukazati na to da intervenciju treba pružiti pravovremeno, onda kada je osoba spremna da je primi, a ne na osnovu jednostranog kriterijuma kao što je vreme proteklo od krizogenog događaja. Značajno je i prilagoditi intervenciju individualnim karakteristikama osobe. Na primer, kod kognitivno-orijentisanih osoba adekvatniji su sledeći vidovi pomoći: obezbeđivanje emocionalne distance, pružanje informacija, pomoć u rešavanju problema, i pomoć da se ponovo uspostavi osećaj kontrole nad situacijom. Kod osoba koje procesuju događaje prevashodno na emotivnom nivou, preporučuju se sledeći vidovi pomoći: katarza, ventilacija i empatija (Zotović, 2002).



Slika 7: „Kakvu bih masku želela da imam“, april 2020. godine, devojčica, 7 godina

Napomena: Preporuke Svetske zdravstvene organizacije za očuvanje mentalnog zdravlja koje su objavljene 18. 03. 2020. godine – prevedene, u sažetom obliku, su date u delu PREPORUKE (World Health Organization, 2020), original: World Health Organization (2020). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak*. Dostupno: WHO/2019-nCoV/MentalHealth/ Pristupljeno: 07. 04. 2020.

Literatura:

- Aldwin, C. (1992). Age, coping and efficacy: Theoretical framework for examining coping in life-span developmental context. In: M. L. Wykle, E. Kahana, & J. Kowal (Eds.), *Stress and health among the elderly*. New York: Springer. pp. 96–114

- Anderson, C. R. (1977). Locus of control, coping behaviors, and performance in a stress setting: A longitudinal study. *Journal of Applied Psychology*, 62, pp. 446–451.
- Bedenić, M. (1984). *Duševna higijena u svakidašnjem životu*. Beograd – Zagreb: Medicinska knjiga.
- Dominioni, I. (2020). Come faccio a restare a casa Coronavirus, piccolo manuale psicologico per gestire la quarantena. Dostupno na: <https://www.linkiesta.it/2020/03/coronavirus-quarantena-casa-cosa-fare/>. Posećeno: 7. 4. 2020.
- Folkman, S., & Lazarus, R. (1986). Stress processes and depressive symptomatology. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, p.p.107–113.
- Fulgozi, A. (1985). *Psihologija ličnosti: teorija i istraživanja*. Zagreb: Školska knjiga.
- Grohol, Dž. (2014). *15 čestih mehanizama odbrane*. Prevod i adaptacija: Katarina Mladenović. Dostupno na: <http://www.psihoverzum.com/15-cestih-mehanizama-odbrane/> Pristupljeno: 7. 4. 2020.
- Haan, N. (1977). *Coping and defending*. New York: Academic Press.
- Kecmanović, D. (1974). Pojam i značenje krize, *Psihologija*, VII, 3-19.
- Kecmanović, D. (1988). *Psihijatrija*. Beograd – Zagreb: Medicinska knjiga.
- Kraljević, V. (2020). *Zašto smo različiti u situaciji povodom korona virusa?* Dostupno na: <https://fosmedia.me/fostav/kolumne/zasto-smo-razliciti-u-situaciji-povodom-korona-virusa>. Pristupljeno: 06. 04. 2020.
- Mićević Karanović, J. (2013). *Vodič kroz osnovne pojmove iz Opšte psihologije: udžbenik za studente visokih škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača*. Kikinda: VŠSSOV.
- Mićević Karanović, J., Knežević, J. I Radovanović, M. (2014). *Mentalna higijena za vaspitače: udžbenik za studente visokih škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača*. Kikinda: VŠSSOV.
- Roberts, A. R. (Ed.). (2000). *Crisis intervention handbook: Assessment, treatment and research*. New York: Oxford University Press.
- Vaillant, G. (1977). *Adaptation to life: How the best and the brightest came of age*. Boston: Little Brown.
- Vlajković, J. (1992). *Životne krize i njihovo prevazilaženje*. Beograd: Nolit.
- Zotović, M. (2002). Stres i posledice stresa: prikaz transakcionističkog teorijskog modela. *Psihologija*, 2002, Vol. 35 (1-2), 3-23.

KRIZNA SITUACIJA IZAZVANA PANDEMIJOM COVID-19

dr Rosa Šapić, prof.⁷

U svom ličnom i profesionalnom životu suočavala sam se s brojnim krizama, uključujući i ratnu. Prolazeći sa svojim klijentima i svojim bližnjima te krize puno sam naučila. Kriza u svima nama izaziva osećaj nesigurnosti. U takvim situacijama je teško odrediti mišljenje i način reagovanja zbog potpuno nepoznatih, a često i nepredvidivih okolnosti. Kada se udruže osećaj neizvesnosti i opasnosti, naša potreba za uspostavljanjem lične emocionalne sigurnosti se pojačava.

Suočavanje sa pandemijom koronavirusa predstavlja svakako najveći test naše generacije. Uveliko vlada mišljenje širom planete – ovaj svet više neće biti isti, baš kao što je sve u svetu već bitno drugačije nego pre samo mesec dana. Ali i u tim spoljnim promenama sveta koji je u tranziciji (svet koji se okreće, i to je uvek prisutno) – predavač mora biti „stabilna tačka“ tog sveta koji se okreće – ili, bar, svestan potrebe takve ideje. Uvek je veliki naglasak na tome koliko se svet menja (i da, sigurno je), ali nije toliki naglasak na stvarima koje se ne menjaju. Možda bi u procesu rada sa studentima trebalo da razmislimo o ravnoteži između te dve oblasti, ali budimo oprezni da ne zaboravimo ovo poslednje.

Kako uspostaviti ravnotežu sada i posle pandemije

Kao i kod svake globalne krize, pogotovo one zdravstvene i naročito one koju izazivaju bolesti o kojima se ne zna dovoljno, na površinu izlaze najbolje i najgore osobine, kako pojedinaca, tako i čitavih društava i država. U situaciji kad su ljudi opravdano zabrinuti za svoje i zdravlje svojih porodica, te dok vlade moraju da brinu o kapacitetima nacionalnih zdravstvenih sistema koji se suočavaju sa potpuno novim izazovima, to je i razumljivo. Ozbiljne analize zdravstvenog, ekonomskog, socijalnog i političkog aspekta pandemije koronavirusa tek slede, jer još uvek nemamo dovoljno informacija na osnovu kojih je moguće doneti važne zaključke (APA, 2020). No, nekoliko činjenica je već danas nesporno.

Pre svega, ova pandemija je globalna i ugrožava sve zemlje i sve ljude. Neke više, neke malo manje, ali u određenoj vrsti rizika su svi. Na kraju krajeva, već danas nam je promenjen način života, nebitno da li smo i sami zaraženi ili je zaražen neko nama blizak. Ekonomija trpi ogromne pritiske, a pogotovo je to slučaj sa zdravstvenim sistemima širom sveta. Psihološke posledice su takođe evidentne, a tek će biti vidljive (CSTS, 2020). Prema tome, jasno je da je pandemija globalna i da niko neće biti pošteđen u nekom vidu, od čega je sama posledica zdravstvene ugroženosti tu i manje prisutna, jer daleko veći broj zaraženih ljudi bez većih tegoba preživljava ovu bolest.

U trenutnoj pretnji od povećanog rizika za infekciju koronavirusom, povećana je i emocionalna reakcija ljudi, naročito teškoće u tolerisanju neizvesnosti i strah od nepoznatog. To doprinosi

⁷ E-mail: sapicdr@gmail.com

anksioznosti koja se dodatno pojačava glasinama, nagađanjima i senzacionalističkim naslovima. Kako bi umanjili svoj strah i vratili osećaj kontrole, ljudi su skloni da traže informacije koje bi mogle da umanje osećaj neizvesnosti. To nas može navesti da lakše prihvatamo informacije koje rešavaju dileme, ohrabruju i pružaju jednostavna rešenja, ali na žalost, one mogu biti pogrešne. Danas se na društvenim mrežama, televiziji, novinama i u ostalim medijima sve češće pojavljuje pojam lažnih vesti (engl. *fake news*) (APA, 2020). Pri konzumaciji lažnih vesti dolazi do potkopavanja naše racionalnosti i podstiče se razvoj panike, nepoverenja, što dodatno povećava neizvesnost, i na taj način se stvara za nas nepovoljan začarani krug. Ono što pomaže razbijanju tog začaranog kruga, smanjivanju straha, anksioznosti i panike i smanjenju verovanja u lažne vesti, jeste kvalitetno informisanje i stvaranje okruženja u kojem se istinite, proverene informacije proaktivno, pravovremeno i transparentno šire što ne ostavlja mnogo prostora za nagađanja i širenje neproverenih i lažnih informacija. U poređenju sa istinitim vestima, lažne vesti obično uključuju informacije koje su više iznenađujuće, uzrujavajuće ili usmerene na podsticanje ljutnje ili anksioznosti. Ono što je posebno zbunjujuće je to što su lažne vesti najčešće sastavljene od kombinacije tačnih informacija (poput lako proverljivih činjenica i statistika) i netačnih informacija, što otežava uočavanje neistinitosti. Takođe, mogu ih deliti osobe kojima inače verujemo (naši prijatelji ili članovi porodice), što nas dodatno može zavarati. Iako su lažne vesti u nekom obliku prisutne već godinama, istraživanja pokazuju kako su sada popularnije nego ikada zbog povećanog uticaja društvenih mreža i platformi za brzu razmenu poruka (npr. WhatsApp i Viber) pomoću kojih je zaista lako brzo širiti takve vesti. To je posebno prisutno u trenutnim okolnostima, gde zbog fizičke distance te kanale koristimo više i češće nego inače jer predstavljaju jednostavan i praktičan način brzog kontaktiranja porodice, prijatelja i kolega, a istovremeno omogućavaju veoma brzo saznavanje najnovijih informacija. Ono što su u tom kontekstu povoljne okolnosti za one koji plasiraju lažne vesti su činjenice da je internet dostupan svakome, svako može napraviti veb-stranicu ili profil na društvenim mrežama i postavljati bilo kakve informacije zbog toga što nema systemske kontrole i nadzora objavljenih informacija. Na taj način svakodnevno se plasiraju i razne lažne informacije o pandemiji Covid-19 koje sadrže beskorisne, netačne ili čak štetne informacije i savete koji mogu ometati napore zdravstvenog sistema u kontrolisanju pandemije (CSTS, 2020.).

Osim na vladajućim strukturama, stručnim ustanovama i organizacijama, deo odgovornosti za kvalitetno informisanje leži i na nama samima. Ono što možemo učiniti jeste kritički vrednovati dostupne informacije i proveriti njihovu verodostojnost. To možemo činiti obraćajući pažnju na sledeće:

- preispitivanje izvora informacija (možemo dobro proučiti stranicu, istražiti njenu svrhu i navedene podatke o kontaktiranju);

- čitanje celog teksta (naslovi mogu biti senzacionalistički u svrhu što većeg broja klikova, treba da se zapitamo o čemu se zapravo radi u tekstu);
- proveravanje autora (možemo brzo proveriti autora, može li mu se verovati i da li je to stvarna osoba?);
- proveru dodatnih izvora (možemo kliknuti na ponuđene linkove i dodatne izvore, proveriti sadrže li informacije koje zaista podržavaju vest);
- proveru datuma objave (ako je nešto nedavno objavljeno, ne znači da je to nova vest, nekad se starije vesti ponovo objavljuju i dele);
- proveru da li se radi o šali (ako je previše neobično i čudno, možda je šala);
- osveščivanje svojih stavova i pristrasnosti (treba da uzmemo u obzir kako bi naši stavovi mogli da utiču na našu procenu).

Dakle, ono što je svakako važno jeste da treba pratiti informacije iz proverenih i priznatih izvora, a ne isključivo se oslanjati na informacije dostupne na društvenim mrežama.

S druge strane, postoje ljudi koji uopšteno pokazuju sklonost da čuju loše informacije, a ne one umirujuće. Da se osvrnemo na razloge takvih izbora.

Istraživanja su pokazala da u svakodnevnom životu, da bi se brzo donela odluka o čemu se brine, a o čemu ne, mozak koristi „mentalne prečice“ koje se odvijaju na nesvesnom nivou, i instinkti i emocije tu igraju važnu ulogu (APA, 2020). Uz to je mozak skloniji da pamti loše i uopšteno je osetljiviji na neugodne i loše informacije koje su ključne za preživljavanje. Zapravo, u primanju informacija mozak deluje selektivno, veću pažnju pridaje lošim informacijama (raširenost virusa, broj obolelih, broj umrlih...), a zanemaruje podatke koji govore o ozdravljenju. Dodatno, zbog preplavljenosti strahom, koji je donekle razumljiv i očekivan u ovakvim situacijama, precenjivanje realnog rizika može dovesti do još intenzivnijeg straha, a on dalje može dovesti do nepromišljenog ponašanja.

Pandemija Corona-19 virusa je donela gubitak slobode, života, fizičkog kontakta, posla, planova, novca, navika, iluzija i niz sekundarnih gubitaka koji su povezani sa ovim gubicima i koji se sada dešavaju svima nama. Celokupna situacija u kojoj se nalazimo za nas je novo i neproživljeno iskustvo, i samim tim može biti okidač mnogobrojnih emocionalnih reakcija. Element bespomoćnosti čini određeni događaj subjektivno potresnim i traumatskim. Iznenadnost, silina i besmisao tih promena odgovorni su za to osećanje bespomoćnosti, pogotovo na početku traumatskog događaja. Dugoročnije, iz toga može proizaći potpuni gubitak vere i nade u budućnost, pesimizam, osećaj nesigurnosti u život, promene u sistemu vrednosti (Grbeša, 1999).

Različiti ljudi različito doživljavaju novonastale okolnosti, pa samim tim i različito reaguju. Neki osećaju ogroman strah, anksioznost pri pomisli da bi se mogli zaraziti ili da bi se neko njima blizak mogao zaraziti, ili su već direktno pogođeni ovim problemom, pa su anksiozni povodom ishoda. Drugi

su depresivni, tužni ili besni na život i nepovoljne okolnosti koje su ih sprečile da ostvare neke svoje planove i ciljeve. Neki autori o ovome govore kao o pragu reagovanja i ranjivosti koji može biti različit od osobe do osobe, ali se može razlikovati i kod jedne iste osobe u odnosu na situaciju (Dattilio & Freeman, 2011).

Generalno, u adaptaciji na bilo koji gubitak prolazimo sledeće faze:

1. faza negacije, bespomoćnosti i ukočenosti;
2. faza ljutnje, besa, plakanja, čežnje za prošlim vremenom i (samo)optuživanja;
3. faza dezorganizacije i
4. faza reorganizacije.

Ovo su normalne faze u procesu adaptacije na gubitak i svi prolazimo kroz njih. Cilj je da postignemo fazu reorganizacije.

Faze nisu oštro podeljene, pa često imamo osećaj da smo napredovali, ali nas ponekad neka vest, situacija ili događaj može vratiti na ranije faze, za koje mislimo da smo ih prevazišli. I to je normalno. Važno je da imamo uvid i da ponovo krenemo u pravcu reorganizacije, Problem nastaje ako se neko „zaglavi u prvoj ili drugoj fazi“ i ostane tamo duže vremena ili zauvek. Na primer, ako neko odluči da potpuno prekine kontakt sa dobijanjem bilo kakvih informacija o pandemiji, to je znak loše adaptacije i „zaglavljenosti“ u prvoj fazi. Oni koji ostanu „zaglavljeni“ u fazi negacije su opasni po sebe i po druge. Oni izlaze bez preke potrebe, šetaju i družu se, čime značajno pojačavaju rizik od inficiranja. Ta psihološka potreba za poricanjem i neverovanjem u realnost traumatskog događaja često biva na kraju zamenjena ljutnjom „na nekog ili nešto“ čemu se pripisuje krivica za nemio događaj, pa na taj način osoba uspostavlja kakav-takav osećaj kontrole i bar delimično restrukturiše svoje psihološko polje. Pored visokog stepena anksioznosti, kod nekih ljudi se aktivira i osećanje sopstvene krivice, tuge i bezvoljnosti.

Svako od nas treba da pokuša da kontroliše svoju bespomoćnost, anksioznost i sumnjičavost. Iako je strah normalna reakcija koja u određenoj meri pomaže da budemo oprezniji u odnosu na moguće izvore pretnje i da povećamo brigu o svom zdravlju, preterani strah i panika mogu više štetiti nego koristiti. Svi zajedno, i pojedinci i struka i država, moramo brzo da učimo i da se prilagođavamo u hodu. Manje smo bespomoćni ako bolje razumemo svoje reakcije i reakcije drugih osoba. Oni koji su bolje adaptirani i koji dođu do faze reorganizacije u odnosu na sve svoje gubitke, imaju manje šanse da se zaraze, a ako se razbole, više šanse da prežive. Neki gubici mogu da se nadoknade, a sa drugima moramo da naučimo da živimo.

Evo nekoliko preporuka kako se nositi sa strahom:

1. Prvo i osnovno je naći i pratiti proverene i verodostojne izvore informacija, ali ne preterano i stalno;

2. Drugi važan način na koji možemo upravljati ličnim doživljajem rizika je da sebi postavimo nekoliko jednostavnih pitanja kao što su: Postoji li razlog zbog kojeg mislim da sam ja lično u riziku od zaraze? Jesam li bio u kontaktu s mogućim slučajevima zaraze? Takvim promišljanjem smanjujemo mogućnost doživljaja rizika na nesvesnom i instinktivnom nivou, odnosno racionalnije promišljamo o mogućoj opasnosti.
3. Treća preporuka je da procenimo koja su to naša ponašanja kojima uspešno možemo doprineti smanjivanju rizika. I te odluke je potrebno donositi na osnovu verodostojnih informacija od strane stručnjaka. To uključuje i ponašanja vezano za načine na koje možemo zaštititi sebe, ali i druge ljude. Navedenim načinima i ponašanjima odgovorno se ponašamo prema svom zdravlju, ali i zdravlju drugih osoba.
4. Ovo je trenutak u kojem je važno osvestiti i značaj opšte brige i ulaganja u sopstveno zdravlje i prilika da promenama u našem zdravstvenom ponašanju prihvatimo stilove života koji doprinose opštem boljem očuvanju našeg zdravlja, uključujući doprinose boljoj zaštiti i od zaraznih i od hroničnih nezaraznih bolesti. To bi mogla biti četvrta važna preporuka kada govorimo o tome što možemo učiniti.
5. I na kraju, peta važna preporuka, ne zaboravimo da ne reaguju svi isto na situacije koje potencijalno ugrožavaju naše zdravlje; neki reaguju većim stresom, zabrinutošću i teskobom. Bez obzira na ozbiljnost i stepen ugroženosti, neki pojedinci će biti više, a neki manje uznemireni. Neka istraživanja u zemljama koja su prolazila iskustva izbijanja epidemija zaraznih bolesti kao što je grip, SARS i dr. pokazala su da se velik deo populacije osećao bespomoćno, prestravljeno i zabrinuto. To nas obavezuje na veći stepen međusobnog razumevanja i tolerancije (CSTS, 2020).

Usled pandemije koronavirusa gotovo svaki aspekt modernog života dramatično je promenjen, uključujući zdravstvo, finansije, zapošljavanje, obrazovanje, prevoz, a kretanje, kupovina i socijalni kontakti su ograničeni. Povodom ove situacije i doživljaja da nemamo kontrolu nad životom, mogu da se jave brojne negativne misli i osećanja koja nam onemogućavaju da funkcionišemo. Ne treba osećati krivicu povodom toga. Korisnije je prihvatiti da sada ne možemo da funkcionišemo onako kako bismo želeli i da usmerimo svoju pažnju i akcije na ono što možemo da kontrolišemo. Važno je održati sebe i svoje blagostanje, a produktivnost može i naknadno da se aktivira.

Nakon inicijalnog šoka od novonastale situacije dešavaju se dalje promene. Imamo adrenalinski nalet i period „spasioca“. Pojavljuju se fotografije zdravstvenih radnika i svih drugih koji pomažu da se život odvija normalno. Prikazujemo inovativne i kreativne pojedince i kolektive. Stanodavci opraštaju kirije stanarima. Javljaju se donatori. Svi su heroji. I oni koji rade i oni koji ostaju kod kuće slikaju se u

zaštitnim odelima. Čuje se podrška zdravstvenim radnicima u 20 sati, komponuju se pesme podrške, raste solidarnost, branimo se humorom, volonteri se mobilišu.

Šta očekuje pomagače na terenu, prilikom sprovođenja kriznih intervencija?

Odgovor je: malo ili nimalo kontrole nad situacijom, vrlo jake emocije, moguć otpor pojedinaca, nedostatak prostora i vremena. Ljudska patnja i profesionalni naponi „pomagača“ tokom intervencija u krizi prepliću se kroz međusobne uticaje. Transfer negativnih emocija, misli i raspoloženja traumatizovanih osoba dovodi i do kontratransferne reakcije pomagača kao ukupnog emocionalnog odnosa prema traumatizovanoj osobi. Nerazrešena potisnuta strahovanja, iskustva ili sećanja na sopstvene traumatske doživljaje iz prošlosti pomagača ukrštaju se sa sadržajem koji transferiše traumatizovana osoba. Uspešno prevazilaženje neminovnog transferno-kointratransfernog odnosa podrazumeva osvešćenost pomagača, njegovu oslobođenost od vlastitih problema u što većoj meri, kako bi izbegao projektovanje svojih nerazrešenih konflikata na osobe kojima treba da pomogne. Ljudi kojima nedostaje kontrola nad sopstvenim emotivnim životom „biju neke svoje unutrašnje bitke“ koje im umanjuju profesionalnu produktivnost kroz sniženu koncentraciju i neracionalno rasuđivanje (Goleman, 2005).



Slika 8: „Virus ćemo pobediti higijenom“, april 2020. godine, devojčica, 6 godina

Svi oni koji intervišu u kriznim situacijama potencijalne su žrtve posredne traumatizacije i često je i njima potrebna stručna pomoć. Da li će se intervencija svesti na kratak razgovor rasterećenja, kao psihološku „prvu pomoć“, ili će se primeniti neki od kompleksnijih modela intervencije u krizi,

zavisiće između ostalog i od težine i obuhvata traumatskog događaja. „One vidljive rane mogu i da zarastu, materijalna šteta se može nadoknaditi, ali često su baš one nevidljive, nematerijalne posledice nekog dela ono što žrtvu izuzetno dugo opterećuje“ (Rainer, 2011, str. 194). Stručna i kvalitetna obuka i konstantna edukacija onih koji su uključeni u krizne intervencije kao pomagači značajno može smanjiti efekte posredne traumatizacije, ali ih ne može potpuno eliminisati. Glavni cilj psiholoških kriznih intervencija je pomoći ljudima da lakše podnesu traumatski događaj, da ga integrišu u svoje životno iskustvo kako bi nastavili normalno da žive (Arambašić i sar., 2000). Ako ste u „spasilačkom periodu“, morate biti pojačano oprezni i imati kritičnu distancu u odnosu na svoje izjave, postupke i delovanje, kako ne biste dodatno ugrozili sebe i druge.

Može se desiti da, iako više radimo, rezultat bude slabiji od očekivanog i da broj zaraženih i umrlih raste.

U ovoj situaciji, kod brojnih pojedinaca u zdravstvenom sistemu može doći do „moralne povrede“. To je pojam koji je nastao u vojsci, može biti definisan kao psihološka nevolja koja je posledica delovanja, ili nedostataka radnji, koje krše nečiji moral ili etički kod. Za razliku od formalnih stanja mentalnog zdravlja poput depresije ili post-traumatskog stresnog poremećaja, moralna povreda nije mentalna bolest (Litz et al., 2009). Ali oni koji dožive moralnu povredu verovatno će imati negativne misli o sebi ili drugima (kao na primer, „ja sam užasna osoba“ ili „moje šefove ne zanimaju životi drugih ljudi“), kao i intenzivni osećaj sramote, krivice ili gađenja (Williamson et al., 2018). Ovi simptomi mogu doprineti razvoju poteškoća sa mentalnim zdravljem, uključujući depresiju, post-traumatski stresni poremećaj, pa čak i suicidalne ideje. Moralna povreda je već opisana kod studenata medicine, koji govore o svojim teškoćama u radu sa bolesnicima na praksi ili u hitnoj pomoći gde su bili izloženi teškim zadacima, a osećali su se nespremni za to (Murray et al., 2018). Ogromni trenutni naponi da se osigura adekvatno osoblje i resursi možda imaju uspeha, ali izgleda verovatno da će tokom leta mnogi zdravstveni radnici naići na situacije gde treba da kažu ožalošćenom rođaku: „Sve smo uradili što smo mogli; dali smo sve od sebe što je bilo dostupno, ali nije bilo dovoljno“. To je seme moralne povrede. Predstojeći izazovi neće na sve zdravstvene radnike uticati negativno, ali treba imati na umu da niko nije neranjiv. Neki zdravstveni radnici će se možda još dugo osećati povređeno, pa je zato važno da započnemo sa pripremom i podrškom našeg osoblja (Mc Nally et al., 2003). Potrebno je osigurati da zadaci koji su pred nama ne nanose dugotrajnu štetu zdravstvenom osoblju. Oni će biti heroji dana, ali će nam oni trebati i sutra. Iskustva iz vojske stotinama godina govore o kritičnim ulogama mladih lidera u održavanju volje i sposobnosti trupe da nastave borbu u teškim uslovima. Zajednička opservacija ratnih psihologa i psihijatara bila je da bavljenje krizom ubrzo nakon traumatskog događaja umnogome umanjuje posledice traume i omogućava vraćanje velikog broja vojnika u borbu umesto slanja na dugotrajna lečenja u pozadinske bolnice, sa veoma neizvesnim

ishodom. U protivnom bi se pojačala anksioznost kod drugih, povećali bi se rizici za retraumatizaciju, uneo bi se defetistički moral, što bi moglo da „blokira“ one koji se bore u prvim redovima (Flanagan et al., 2020). Kliničari koji pružaju podršku u prevazilaženju moralne povrede i pridruženih mentalnih bolesti će se sresti sa tendencijom da se izbegne razgovor o krivici i sramoti i sa usmeravanjem terapije na druge stresore. To izbegavanje može dovesti do lošijih rezultata. Ako traumatizovani dobiju mogućnost da kroz iznošenje činjenica, misli, emocija i sećanja o događaju, integrišu traumu u svoje životno iskustvo, stvaraju se bolji uslovi da nastave normalan život.

Krizni događaj na pomagača utiče za vreme trajanja samog događaja, neposredno nakon događaja i 6 nedelja ili više nakon događaja. Ta tri razdoblja karakterisana su reakcijama pomagača koje vode ili u stanje šoka, krize i neuspešne integracije traume koja će dovesti do otežanog profesionalnog funkcionisanja ili čak ozbiljnijih poremećaja kod pomagača, ili će voditi u drugom pravcu – ka razrešenju, integraciji traume, prihvatanju situacije i uspešnom ličnom i profesionalnom funkcionisanju. Pravac reakcije opredeljuje čitav niz faktora:

- težina i opseg trauma;
- nivo odgovornosti koju pomagač oseća;
- profesionalno i lično iskustvo pomagača sa krizama;
- profesionalna podrška i ponašanje drugih kolega, uključenost medija, stavovi pretpostavljenih (Arambašić i sar., 2000).



Slika 9: „Kako zamišljam koronavirus“, april 2020. godine, dečak, 7 godina

Da li će neko razviti psihološke simptome ili doživeti psihološki rast, u velikoj meri će zavisiti od načina na koji je tretiran pre, tokom i posle izazvane stresne situacije (Brooks et al., 2020). Znaci zakasnelog stresa usled doživljene traume mogu se javiti nedeljama i mesecima nakon traume. Ti znaci uključuju razdražljivost, povlačenje u sebe, pad produktivnosti, povećano odsustvo sa posla, zloupotrebe psihoaktivnih supstanci, alkohola i sl. (Veljković, 2014).

Sledi sledeća faza, faza dezorganizacije. Ova faza nosi razna iskušenja, jer ne znamo koliko će dugo pandemija trajati. Preživeli i preostali lako mogu da se vrate u prethodne faze jer će se gubici sada dešavati među poznanicima. Biće veliki broj razočaranih, koji će stalno meriti i upoređivati koliko je ko pomoći dobio, analizirati druge i onih koji će tražiti izgovore za sopstveno činjenje i nečinjenje, bez kritične distance i samouvida. Manje nastradali pojedinci, firme i države će se prepoznati, pomagati, povezati i krenuti iz početka. Moraćemo da iz dana u dan nalazimo nove mere i rešenja koja će nam pomoći da preživimo, i da dođemo do poslednje faze ili faze reorganizacije. Kako bi pomagači zadržali odgovarajući profesionalni nivo funkcionisanja, neophodno je da se i za njih organizuju intervencije u krizi i određena vrsta integracije traume koja će omogućiti normalizaciju reakcija, ventiliranje, i na kraju reintegraciju traumatskog događaja (Yeager, 2018). Nekada će za uspešnu reintegraciju traume biti dovoljna grupna diskusija sa kolegama, razgovor rasterećenja, profesionalna podrška, a u određenim situacijama biće potrebno sprovesti i sažetu psihološku integraciju traume kao neku vrstu sekundarne intervencije koju će za pomagače voditi kolega stručnjak iz oblasti mentalnog zdravlja koji je bio van traumatskog događaja (Špirić, 2008). Glavni cilj je pomoći žrtvama da traumatski događaj integrišu u svoje životno iskustvo, reorganizuju se i nastave normalno da žive.

Oni koji prežive, iz krize će izaći pročišćeni, sposobniji i bolji. Kada se kriza završi, supervizori bi trebalo da razmišljaju kako da nakon teškog iskustva stvore netraumatični narativ (Roberts, 2006). Potrebno je pozabaviti se i manjinama koje nemaju pristup zdravstvenim sistemima. Menadžeri raznih ustanova mogu da doprinesu da se smanji psihološki rizik zaposlenih time što će biti iskreni u odnosu na situaciju u kojoj se nalaze zaposleni, time što će proaktivno preduzeti korake za zaštitu mentalnog zdravlja osoblja koje može biti izloženo dilemama, a takođe je korisno i jačanje timova koji će se redovno sastajati i razgovarati o odlukama i proverama dobiti od istih.

Pravi autoriteti će zauzeti svoja mesta. Ukoliko želimo da preživimo, moraćemo da revidiramo sistem vrednosti i svoje istinske potrebe. Svaka bolest, pa i ova, je naša maladaptivna odbrana koja treba da nas izleči od sopstvenog života. Imaju šansu da prežive pojedinci, porodice, kolektivi i narodi koji su fizički, psihički i duhovno jaki. Domen fizičkog, psihičkog i duhovnog zdravlja je sistem spojenih sudova. Ukoliko smo trenutno u jednom od gore navedenih domena slabi, možemo da ga „nadomestimo i dolijemo“ iz druga dva. Naša planeta je sistem spojenih sudova. Nema nedodirljivih.

Mere koje se preuzimaju na individualnom, kolektivnom i globalnom nivou moraju da budu u skladu sa ovim fazama.

Literatura:

- American Psychological Association (APA, 2020). *Speaking of Psychology: Coronavirus Anxiety*. Pruzeto s <https://www.apa.org/research/action/speaking-of-psychology/coronavirus-anxiety> (pristupljeno 27. marta 2020.)
- Arambašić, L., Ajduković, M., Vidović, V. (2000). *Psihološke krizne intervencije: psihološka prva pomoć nakon kriznih događaja*. Zagreb: Društvo za psihološku pomoć.
- Brooks S., Amlôt R., Rubin G.J., Greenberg, N.(2020). Psychological resilience and post-traumatic growth in disaster-exposed organisations: overview of the literature. *BMJ Mil Health*;166:52-6. 10.1136/jramc-2017-000876 29420257
- Center for the Study of Traumatic Stress (CSTS). *Mental Health and Behavioral Guidelines for Response to a Pandemic Flu Outbreak*. Preuzeto: [shttps://www.cstsonline.org/resources/resource-master-list/mental-health-and-behavioral-guidelines-for-response-to-a-pandemic-flu-outbreak](https://www.cstsonline.org/resources/resource-master-list/mental-health-and-behavioral-guidelines-for-response-to-a-pandemic-flu-outbreak) (pristupljeno 27. marta 2020.)
- Douglas, P. K., Douglas, D. B., Harrigan, D. C. i Douglas, K. M. (2009). Preparing for pandemic influenza and its aftermath: mental health issues considered. *International journal of emergency mental health*, 11(3), 137.
- Dattilio, F., Freeman, A. (2011). *Kognitivno - bihevioralne strategije u kriznim Intervencijama*. Zagreb: Naklada Slap.
- Everly, G. S. (2000). Five Principles of Crisis Intervention: Reducing the Risk of Premature Crisis Intervention, *International Journal of Emergency Mental Health*, 2(1), 1-4.
- Flanagan, E., Chadwick, R., Goodrich, J., Ford, C., Wickens, R. (2020) Reflection for all healthcare staff: a national evaluation of Schwartz rounds. *Interprof Care*;34:140-2. 10.1080/13561820.2019.1636008 31390225
- Goleman, D. (2005). *Emocionalna inteligencija*. Beograd: Geopoetika.
- Grbeša, G. (1999). *Posttraumatski stresni poremećaj*. Šid: Grafosrem.
- Litz, B.T., Stein, N., Delaney, E. (2009) . Moral injury and moral repair in war veterans: apreliminary model and intervention strategy. *Clin Psychol Rev*;29:695-706.10.1016/j.cpr.2009.07.003 19683376
- Mc. Nally, R. J., Bryant, R. A., Ehlers, A. (2003). Does Early Psychological Intervention Promote Recovery From Posttraumatic Stress? , *Psychological Science in Public Interest*, 2, 45-79.

- Miljković, S. (2005). Od stresa do psihosomatskih poremećaja, u: Nešić, M. (ur.) *Psihoneuroendokrinoimunologija stresa*, (199-211), Niš: Univerzitet u Nišu, Medicinski fakultet.
- 149 Intervencije u krizi – pomoć žrtvama i pomagačima kroz psihološku integraciju traume
- Murray, E., Krahe, C., Goodsmann, D. (2018). Are medical students in prehospital care at risk of moral injury? *Emerg Med J*;35:590-4.10.1136/emmermed-2017-20721610.1136/emmermed-2017-207216 29945983
- Nešić, M. (2005). *Psihoneuroendokrinoimunologija stresa* (23-43), Niš: Univerzitet u Nišu, Medicinski fakultet.
- Rainer, H. (2011). Pomoć žrtvama kao tema u obrazovanju policije - idejno nadmetanje: alternativni put u repetitorijum, *Bezbednost*, 1, 189-195.
- Roberts, A. R., Everly, G. S. Jr. (2006). A Meta-Analysis of 36 Crisis Intervention, Brief Treatment and Crisis Intervention, 6, 10-21.
- Šapiro, F. (2012). *EMDR Terapija reprociranjem - nova dimenzija psihoterapije*. N.Sad: Psihopolis institut.
- Špirić, Ž. (2008). *Ratna psihotrauma srpskih veterana*. Beograd: Udruženje boraca rata Republike Srbije.
- Veljković, B. (2014). Stres na radu - neophodnost kvalitetne procene rizika i kreiranja strategija prevencije za zaposlene u Ministarstvu unutrašnjih poslova Republike Srbije, *Bezbednost*, 2, 157- 172.
- Yeager, K. i Roberts, A. (Eds.). (2015). *Crisis intervention handbook: Assessment, treatment, and research*. Oxford University Press.
- Williamson, V., Stevelink, S.A.M., Greenberg, N. (2018). Occupational moral injury and mental health: systematic review and meta-analysis. *Psychiatry*; 212:339-46. 10.1192/bjp.2018.55 29786495

PREPOZNAVANJE I UPRAVLJANJE EMOCIJAMA U TOKU PANDEMIJE

*dr Dragana Malešević, prof.*⁸

Vanredne okolnosti, kao što je vanredno stanje zbog pandemije koronavirusa, odražavaju se na celokupan psihički život čoveka. U svakome od nas odvijaju se psihički procesi i oni se najčešće razmatraju kao racionalni, emocionalni i voljni procesi. Racionalni procesi su, na primer, sva naša opažanja, učenja, pamćenja, a u vreme koronavirusa sastojala bi se u prikupljanju informacija i učenju o karakteristikama koronavirusa, potrebnom ponašanju i primeni mera samozaštite da se ne bismo razboleli, dozvoljenom kretanju za vreme policijskog časa, dnevnim informacijama o širenju virusa (broju obolelih i preminulih u zemlji i svetu), opažanju ponašanja drugih ljudi, zaključivanju o uzrocima i posledicama različitog ponašanja i slično. Emocionalni procesi su sve naše emocije, a u vreme pandemije emocije ljudi su pod uticajem realne mogućnosti da se mogu razboleti ili umreti, da se mogu razboleti ili umreti osobe koje vole, da neće imati potrebne namirnice, da će izgubiti posao, da neće imati sredstva za život, da neće imati lekove i slično. Voljni procesi su u vezi sa našim odlukama i postupanjima, tako da i u doba vanrednog stanja zbog koronavirusa ljudi donose različite i mnogobrojne lične odluke o sopstvenom postupanju u odnosu na svoju zaštitu, zaštitu drugih, kao i odluke o poštovanju ili nepoštovanju obavezujućih državnih mera za sprečavanje širenja virusa.

Svi psihički procesi čoveka (racionalni, emocionalni i voljni) međusobno su povezani i uslovljeni. U vreme vanrednog stanja, kao realne opasnosti za zdravlje i život čoveka, zbog koronavirusa, uticaj emocija je snažan, mnogostruk i višedimenzionalan.

Nastanak i razvoj emocija

Emocionalni deo nas je sistem naših emocija. U najširem smislu, emocija jeste svaki treptaj, osećaj, uzbuđenost našeg emocionalnog dela uma, pa i celokupnog bića. Emocije su: ljubav, mržnja, radost, žalost, ponos, stid, strah, zahvalnost, briga, strepnja, očekivanje, simpatija, nada, ljubomora, zavist, zloradost, oholost, strepnja i drugo. Svaka emocija ima veliki raspon u svom intenzitetu. Zbog toga možemo govoriti o sistemu emocija, jer po vrstama i intenzitetu može biti izuzetno veliki broj emocija koje neka osoba može osetiti. Kao što se razlikuju po svojim intelektualnim sposobnostima, ljudi se razlikuju i po svojim emocionalnim sposobnostima da osećaju emocije (Malešević, 2020). U periodima osećaja lične ugroženosti i/ili ugroženosti nama dragih osoba, kao što je to slučaj usled pandemije koronavirusa, emocije se pojačavaju.

Po pitanju trajanja emocije, emocije možemo posmatrati kao one koje traju duže i emocije koje traju kraće. Kada neka emocija vremenski duže traje, tada govorimo o raspoloženju (Rot, 1981, str. 186). Raspoloženje je unutrašnje duboko emocionalno stanje koje daje ton i boju našoj percepciji, doživljaju

⁸ E-mail: ysk.dmalesevic@gmail.com

sveta i sebe samog. Kada neka emocija vremenski kraće traje, izraz je aktuelnog emocionalnog stanja, veoma je intenzivna i nagla, tada govorimo o afektu. Za razliku od stanja raspoloženja, afekt ima naglu promenu u izrazu lica, tonu i jačini glasa, pokretima i celokupnom ponašanju (ibidem, str. 185). S obzirom na to da vanredno stanje zbog koronavirusa traje više meseci, emocije možemo razmatrati kao stanje koje daje specifičan ton i boju našoj percepciji lične ugroženosti, ugroženosti nama dragih osoba, ugroženosti drugih ljudi koje ne poznajemo i stvara lični doživljaj o reakcijama države i doživljaj sebe samog u njemu. Afekti u vanrednom stanju izraz su ličnog emocionalnog stanja izazvan opasnosti od koronavirusa i izražavaju se kroz intenzivne, nagle i često neprimerene i socijalno neprihvatljive reakcije pojedinih osoba.

Da bismo prepoznali, razumeli i da bismo mogli upravljati svojim emocijama moramo, pre svega, znati kako emocije nastaju i kako se razvijaju. Emocije su delom nasledne, a delom rezultat učenja u socijalnoj sredini. Istraživanja emocija su potvrdila da se pojedine vrste emocija kod sve zdrave dece javljaju istim redom. Smatra se da se uzbuđenje kao emocija javlja pri rođenju, zadovoljstvo i nezadovoljstvo do 3. meseca, od 3. do 6. meseca gnev i odvratnost, oko 6. meseca strah, zatim ponos i ljubav prema odraslima do godinu dana života, zatim se javlja ljubav prema drugoj deci, ljubomora sa oko godinu i po dana i radost pre navršene druge godine života (ibidem, str. 171–172). To nam ukazuje da se emocije prirodno javljaju vrlo rano, ali i otvara lično pitanja koliko ih u sebi dobro prepoznajemo, priznajemo i upravljamo njima u odnosu na naše godine života i mnogobrojne emocije koje smo osećali.

Nasledni deo emocija u vezi je i sa našim temperamentom ili senzibilitetom, a to je nešto što ličnost ne može da menja. Prema Hipokratovoj klasifikaciji, postoje četiri tipa temperamenta: sangvinični, kolerični, melanholični i flegmatični (ibidem, str. 231–233). Sangvinični temperament ima brze emocionalne reakcije koje nisu jake i ne traju dugo, brzo menja raspoloženja iz pozitivnog u negativno, ali preovlađuje pozitivno. U vreme vanrednog stanja zbog koronavirusa mogli bismo ga prepoznati po promeni raspoloženja, ali bi bio optimističan u prognozama ishoda i u nadi da će se celokupno društvo i svet uspeti izboriti sa ovim virusom. Kolerični temperament ima nagle i jake emocije, lako se odlučuje na akciju, često se uzbuđuje, lako se naljuti, jako manifestuje svoju ljutnju i često dolazi u sukobe sa drugim ljudima. U vreme koronavirusa možemo ga prepoznati u stalnom osuđivanju drugih, zloradim komentarima, manifestaciji ljutnje u verbalnim ličnim sukobima (na primer, pri kupovini namirnica, čekanju u redu i slično), kao i pisanim izjavama na društvenim mrežama i drugim javnim tekstovima. Za te pisane izjave važno je napomenuti da se one odnose samo na emocije temperamenta i potrebu da se one iskažu, a ne na političke i druge interese koji se žele ostvariti, jer to je nešto sasvim drugo. Melanholični temperament ima retke, spore, ali jake reakcije, tako da kada se pojave te retke emocije, one dugo traju, reaguje uglavnom na ono što je povezano sa njegovom ličnošću, a na ostalo se teško odlučuje, slabo pokreće i preovlađuju mu negativna osećanja, osećanje tuge i zabrinutosti. U vreme

koronavirusa, s obzirom na to da melanholik reaguje na ono što je u vezi sa njegovom ličnošću, on će reagovati i njegove prognoze o ishodu borbe sa koronavirusom neće biti optimistične, prevlađaće ga još više neprijatna osećanja kao što su tuga, zabrinutost, strah, beznađe i slično. Flegmatični temperament ima slabe i spore reakcije, osećanja su mu slaba i retko ih manifestuje, a to je najčešće mirna, staložena, slabo osetljiva i pokretljiva osoba. U vreme koronavirusa i flegmatik reaguje ukoliko oseća sopstvenu ugroženost, može da u manjoj meri od drugih ljudi izražava svoje emocije o nastalom stanju, reaguje sporije, te je moguće da kasnije u odnosu na druge ljude donese odluke i reaguje (na primer, da primeni neke od mera zaštite od koronavirusa). U kojem opisu prepoznajete sebe?

Jesu naše ponašanje i emocije uslovljene našim nasleđem, ali drugi i veoma značajni deo vezan za naše emocije je učenje u socijalnoj sredini. Ovo učenje je celoživotno i razvija se kao emocionalna inteligencija ličnosti pod uticajem različitih društvenih faktora. Odrastanjem u socijalnoj sredini svaka odrasla osoba je još kao dete učila načine emocionalnog reagovanja od roditelja i drugih odraslih. U porodicama, predškolskoj ustanovi, školi i okruženju u kojem odrasle osobe imaju kontakt sa svojim emocijama, prihvataju svoje emocije i umeju da ih regulišu, dete će dobiti dobar model odnosa prema svojim emocijama. Na osnovu dobrog modela dete će naučiti poželjan način reagovanja, prihvataće emocije kao sastavni deo sebe i svih drugih (zdravih) ljudi, za neprijatne emocije koje oseća u sebi znaće da su one jednako prirodne kao i prijatne emocije, da ih i drugi osećaju i učiće kako da upravlja njima.

To koje emocije u sebi razvijamo umnogome će uticati na naše osobine ličnosti, kao što je predstavljeno u priči *Dva vuka*. Prema ovoj priči nepoznatog autora, stari Čiroki Indijanac razgovarao je sa svojim unukom i rekao mu da se unutar svakog čoveka vodi borba poput borbe između dva vuka. Jedan vuk predstavlja ZLO. To su zavist, gnev, laž, inferiornost, samosažaljenje, greh, lažni ponos, samoživost, arogancija, ljubomora, pohlepa... Drugi vuk predstavlja DOBRO. To su ljubav, istinoljubivost, radost, nada, vedrina, ljubaznost, dobronamernost, darežljivost, saosećajnost, vera... Na te reči unuk se zamislio, pa je zapitao dedu: Koji vuk pobeđuje? Stari Čiroki mu je odgovorio: *Pobeđuje onaj vuk kojeg hraniš.*

Usmerenost naše emocije može biti ka sebi i ka drugim ljudima. Način na koji razmišljamo o sebi utiče direktno na svaki segment našeg života. Na osnovu uverenja i emocija o sebi svaka osoba gradi svoje samopouzdanje kao uverenje da *može* i samopoštovanje kao uverenje da *vredi*. Tek kada imamo dobre emocije prema sebi i uverenja o vrednosti sopstvene ličnosti; kada prepoznajemo, možemo da imenujemo emociju i shvatamo zašto se tako osećamo; kada znamo kako da izražavamo različite vrste emocija, naročito bes i druge emocije nastale iz naših uverenja da nas neko ugrožava; kada smo u racionalno-emotivnom balansu sami sa sobom, tek tada možemo i sa drugim osobama uspostavljati kvalitetne emotivne kontakte (Malešević, 2020). Za emocije prema drugima Pol Ekman (Paul Ekman,

2011) tvrdi da emocije menjaju naše viđenje sveta i naše tumačenje postupaka drugih. Smatra da mi ne težimo da osporimo svoje osećaje, već težimo da ih potvrdimo. Kod tumačenja onog što se dešava, mi događaj procenjujemo na način koji je odgovarajuć emociji koju osećamo i na taj način opravdavamo održivost svoje emocije. U mnogobrojnim situacijama ta održivost emocije rukovodi nas u odlukama i utiče na to kako da odgovorimo na tekuće probleme i razumemo šta je ugroženo.



Slika 10: Slobodna tema „Volim baku“, april 2020. godine, devojčica, 5,5 godina

Da bi odagnali emocije iz situacija koje su ih povredile ljudi potiskuju emocije u sebi, nastoje da ih zaborave, ne priznaju sebi da emocija postoji i očekuju da će emocija proći sama od sebe. Neće proći. Sa emocijama se mora oproštajem izmiriti i iz sebe ih očistiti, jer emocije se skladište u nama i mogu da utiču na dalji tok našeg postupanja. Ako iz prethodnih emocionalnih iskustava nismo naučili, takve i slične situacije će nam se događati dokle god ne naučimo. Emocije koje se javljaju u pandemiji koronavirusa su emocije koje se javljaju i u svim drugim vanrednim situacijama u kojima postoji mogućnost ugrožavanja našeg zdravlja ili života. Za neke osobe to je prvo iskustvo, a za neke osobe već doživljeno slično iskustvo u emocijama kao što je strah od bolesti ili smrti, bolest ili smrt bliske osobe, osećaj bespomoćnosti, gubitak posla, nedostatak sredstava za život i drugo. Kako će neka osoba reagovati zavisi od njenog naslednog faktora i naučenih socijalnih oblika ponašanja i razvijenosti njene emocionalne inteligencije.

Emocionalna inteligencija i njene kompetencije

Emocionalna inteligencija (eng. *emotional intelligence*; skraćeno *EI* ili *EQ*) je sposobnost ličnosti da prepozna, shvati i upravlja svojim emocijama i razume emocije drugih ljudi. To znači da je

emocionalno inteligentna osoba pri pojavi određene emocije sposobna da prepozna emociju koju oseća i prizna sebi šta oseća; sposobna je da imenuje emociju u njenom pravom značenju i sposobna je da reguliše emociju tako da ne upravlja emocija njenim ponašanjem već ona emocijom. U kontaktu sa drugim ljudima, emocionalno inteligentna osoba prepoznaje emocije drugih ljudi, shvata uzroke nastanka tih emocija, saoseća sa drugima i može pomoći drugoj osobi u regulaciji emocije.

Koncept emocionalne inteligencije pojavio se 1990. godine kada su dva američka psihologa Piter Salovi (Peter Salovey) i Džon Majer (John Mayer) objavili članak pod nazivom *Emocionalna inteligencija* (Emotional intelligence, 1990) i postavili teoriju o emocionalnoj inteligenciji. U to vreme bila je priznata samo kognitivna inteligencija i njihov članak odbijan je od strane mnogobrojnih naučnih časopisa. Svetsku afirmaciju emocionalna inteligencija dobija 1995. godine kada je Danijel Goleman (Daniel Goleman) objavio svoju knjigu *Emocionalna inteligencija* (Goleman, 1997). Prema Golemanu, emocionalnu inteligenciju osobe čine sposobnosti koje joj omogućavaju da se nosi sa zahtevima i pritiscima iz okoline. Emocionalna inteligencija delom je nasledna, ali značajnim delom se razvija procesima učenja. Smatra se da se razvija tokom celokupnog života i stiče sa životnim iskustvom osobe.

Emocionalna inteligencija po Golemanu sadrži pet osnovnih emocionalnih i društvenih kompetencija, a to su: samosvesnost, samokontrola, motivacija, empatija i društvene veštine. Nakon kratkog opisa svake kategorije razmotrićemo kako se one manifestuju u vreme vanrednog stanja od koronavirusa.

- *Samosvest* podrazumeva da znamo što osećamo u datom trenutku i realno procenjujemo vlastite sposobnosti. U vreme pandemije koronavirusa, samosvesnost se manifestuje u tome da smo svesni svojih emocija, što znači da ih ne ignorišemo, ne omalovažavamo, da priznajemo da one postoje i time nismo umanjili snagu svoje ličnosti. U okolnostima u kojima postoji povišen stepen mogućnosti da smo ugroženi, potpuno je prirodno da se javljaju emocije kao što su strah od bolesti, strah od smrti, briga zbog novca, oprez, panika, osećaj bespomoćnosti i slično. Zbog ovih emocija ponašanje nekih ljudi može biti promenjeno jer ne upravljaju svojim emocijama i traže načine smanjenja pritiska pod uticajem emocija kroz konflikte, kritike, omalovažavanje, negativne komentare i sl. Samosvesnost podrazumeva i da realno procenjujemo vlastite sposobnosti, a što se u situaciji pandemije koronavirusa zasniva na informacijama o koronavirusu (simptomi obolelog, način prenošenja, brzo širenje i sl.), poznavanju, primeni i samoproceni stepena bezbednosti u merama lične zaštite, kao i društveno odgovornom ponašanju.
- *Samokontrola* je sposobnost osobe da se nosi sa svojim emocijama tako da one olakšavaju posao umesto da nas ometaju u njemu, kao i sposobnost oporavljanja od emocionalnih stresova. U vreme pandemije koronavirusa, samokontrola se odnosi na to da ne dopuštamo

emocijama da nas prevladaju, već emocije svojim uverenjima stavljamo u funkciju tako da nam olakšavaju vanrednu situaciju. Na primer, kod zabrane kretanja. Od našeg uverenja o potrebi uvođenja zabrane kretanja zavisi i naša emocija, te samokontrolu u zabrani kretanja ljudi doživljavaju na različite načine. Naša emocija može nam pomoći ili odmoći u samokontroli zbog zabrane kretanja. U samokontrolu spada i sposobnost oporavljanja od stresa koja se ostvaruje na različite načine u zavisnosti od toga kako kojoj osobi odgovara, a u vreme pandemije koronavirusa je to kroz duhovitost, igranje igrice na kompjuteru, čitanje, virtuelne posete muzejima i galerijama i slično.

- *Motivacija* znači da se osoba služi svojim najdubljim preferencijama kako bi se podstakla i usmerila da preuzme inicijativu za ostvarivanje svojih ciljeva. S pojavom pandemije koronavirusa motivacija je kod većine ljudi promenjena u odnosu na onu koju su imali pre pojave ove bolesti. Prema Maslovljevoj hijerarhiji motiva (Maslov prema Rot, 1981, str. 210 – 211) motivi su raspoređeni na pet nivoa značajnosti. Prvi nivo su biološki motivi zasnovani na biološkim potrebama, drugi nivo je motiv za sigurnošću, treći nivo je motiv za afektivnom vezanošću, četvrti nivo je motiv za ugledom i poštovanjem, a peti nivo je motiv za samoaktualizacijom (ispoljavanjem onog što umemo i što jesmo). Za hijerarhiju motiva je neophodno da motivi nižeg nivoa treba da budu zadovoljeni kako bi se nesmetano mogli zadovoljavati motivi viših nivoa. U vanrednom stanju, pa i stanju zbog koronavirusa, kod većine ljudi motivi su zasnovani na biološkim motivima i motivima za sigurnošću, te su i aktivnosti i ponašanja povećanog broja ljudi prvenstveno usmereni ka zadovoljavanju ovih motiva.
- *Empatija* je sposobnost osobe da se misaono stavi u ulogu druge osobe i pretpostavi kako se ta osoba oseća na osnovu svog osećaja, te da i na osnovu toga shvati i gledište te osobe. U ovu kategoriju uvršćeno je i negovanje ličnih odnosa i usklađenost sa vrlo različitim ljudima. U našem jeziku postoji izraz milost i kao osobina milostivost koja pored opisanih karakteristika empatije sadrži i akciju milostive osobe da pruži pomoć drugima. U vreme pandemije koronavirusa empatija, milostivost, se može zapaziti u različitim vrstama uzajamne pomoći i podrške na ličnom aspektu, lekara na opštem zdravstvenom aspektu i državnih mera na opštem društvenom aspektu. Svakako, prisutni su i primeri izostanka empatije kao izrazi lične samoživosti i sebičnosti, a neki od takvih slučajeva su dobili javnu društvenu osudu.
- *Društvene veštine* podrazumevaju da se osoba dobro nosi sa svojim emocijama, a u odnosima sa drugim ljudima tačno očitava društvene situacije. Sposobna je da stupa u interakcije sa drugima i u njima se služi veštinama kojima druge uverava, predvodi, pregovara i razrešava sukobe i ostvaruje saradnju i timski rad. U vreme pandemije koronavirusa, društvene veštine bi se odnosile na to da smo u intenzivnom praćenju informacija sposobni da tačno očitavamo

društvenu situaciju i razdvojimo informacije od dezinformacija. Povezivanje ljudi ostvaruje se kroz Viber grupe, Fejsbuk profil i grupe, preko različitih onlajn platformi, preko telefona, televizora i sl. Intenzivno primenjena društvena aktivnost u vreme ovog vanrednog stanja je uzajamna pomoć i podrška, humanitarni rad, donacije i pomoć onima kojima je ta pomoć najpotrebnija.

Veština upravljanja emocijama

Emocionalno inteligentna osoba je u stalnom kontaktu sa svojim emocijama. Ona u svoje odluke uključuje emocije i svoje emocije uključuje u razum. Na taj način ostvaruje upravljanje emocijama. Osoba sa visokim nivoom razvijenosti emocionalne inteligencije ume da prepozna emociju, imenuje emociju i reguliše svoju emociju.

Prepoznavanje emocija

U vanrednim okolnostima, kao što je pandemija koronavirusa, u kojima postoji realna opasnost po naše zdravlje i život, emocije se pojačavaju u svom intenzitetu. U takvim okolnostima možemo osetiti sve vrste emocija, i prijatne i neprijatne, ali veoma često dominiraju neprijatne emocije kao što je strah. *Strah* je emocija koja kaže ugrožen sam. On je prirodna reakcija na okolnosti za koje procenjujemo da su za nas opasne i da im se ne možemo suprotstaviti. U stanju straha dolazi do fizioloških promena, a manifestuje se telesnim simptomima kao što su ubrzano disanje, suvoća grla, stezanje u grlu, povišen krvni pritisak, širenje zenica i drugo. Ukoliko situacija straha traje u dužem periodu i sve više smo svesni svoje nemoći da se odbranimo, taj osećaj prerasta u *doživljaj užasa*. Odbrana od uzročnika straha predstavlja primenu različitih mera i postupaka koji stvaraju sve veći osećaj da smo bezbedni. Konkretno kod koronavirusa, ukoliko smo primenili preporučene mere zaštite i ukoliko procenjujemo da je država preduzela sve mere kojima može da nam pomogne ako se razbolimo, stepen straha u osobi može biti smanjen. Ovaj strah kasnije može kod nekih osoba ostati kao strah od bolesti, a kod nekih osoba prestaje kada prestane opasnost od razboleivanja i s njihovim osećajem bezbednosti. Emocije kao što su *ljutnja, bes, gnev* nastaju kada je osoba sprečena da ostvari svoje motive i ciljeve. U vanrednim stanjima kao što je stanje izazvano koronavirusom, ta sprečavanja odnose se na zabranu kretanja u vreme policijskog časa, zabranu okupljanja većeg broja ljudi što onemogućava proslave, tradicionalni način obeležavanja verskih praznika, nedostupnost nabavke potrebnih namirnica i sredstava, preporuke za neostvarivanje fizičkih kontakata i slično. Mada navedena sprečavanja predstavljaju osnovni vid zaštite i sprečavanja širenja virusa, kod nekih ljudi ona izazivaju ljutnju, bes i gnev. Ispoljavanje tih emocija je u zlu radnim komentarima, kritikama, odbijanju postupanja po obavezujućim merama i slično. Kod nekih osoba koje procenjuju da se ne mogu suprotstaviti i slute da će se razboleti mogu se javiti *potištenost, tuga, bezvoljnost*, a kod osoba koje su prenosioci virusa osećaj *krivice, stida i kajanja*. U odnosu na osobe koje su uključene u stručne i državne odluke, koje se pojavljuju u medijima,

može se kod nekih osoba javiti *zavist* kao emocija jer žele sebe u njihovoj ulozi i smatraju druge nedovoljno kompetentnima za posao koji obavljaju. I u vanrednim situacijama javljaju se prijatne emocije kao što su *ljubav, briga, pažnja, podrška, poštovanje, milost, empatija*. One se izražavaju kroz različite načine pokazivanjem naklonosti, kao što su konkretna pomoć drugima, reči u razgovoru, tapšanje zdravstvenim radnicima, zajedničko pevanje pesama sa balkona svojih domova i slično. Posebna vrsta emocije javlja se kao *emocija pri humoru*. U toku vanrednih stanja, pa i pandemije koronavirusa, izražavana je kroz duhovite poruke i video-zapise koje ljudi preko društvenih mreža dele među sobom. Duhoviti zapisi kod ljudi mogu izazivati prijatno raspoloženje manifestovano smehom i time uticati na smanjenje stresa usled koronavirusa kao opasnosti za zdravlje i egzistenciju.



Slika 11: „Duga – sve će biti dobro“, april 2020. godine, devojčica, 5,5 godina

Imenovanje svojih emocija

S obzirom na različite vrste i intenzitet emocija, važno je pravilno imenovati emociju koju osećamo u datom trenutku pod određenim okolnostima. Možemo u isto vreme osećati više vrsta emocija, ali je važno prepoznati i imenovati ono što osećamo. Osobe sa visokim nivoom emocionalne inteligencije ne stide se svojih emocija i govore o njima.

Upravljanje (regulacija) svojim emocijama

Mi odlučujemo u kolikoj meri ćemo dopustiti svojim emocijama da nas obuzimaju. Promena iz nepoželjnih u poželjne emocije u suštini je zasnovana *na promeni načina na koji mislimo* i kakve emocije imamo prema sebi, prema određenoj osobi ili situaciji. Ponekada je potrebno promeniti u sebi emociju koju osećamo. Pogled na situaciju nas razlikuje i on određuje šta će se dalje događati u kreaciji naše stvarnosti. Svaka promena menja i postojeće stanje. Mi možemo samo menjati sebe, svoje misli i emocije, i na taj način uticati na promene odnosa sa drugima. Mi možemo upravljati svojim emocijama kada razumemo svoje i tuđe emocije i sposobni smo da razgovaramo o emocijama i nastalim problemima. Ako ne možemo da razumemo, prihvatimo da je to tako kao nečija odluka i nikada nikoga ni za šta ne osuđujemo. Često ljudi koriste isti obrazac (model) po kojem misle, osećaju i ponašaju se, a da ih taj obrazac dovodi u situacije koje procenjuju kao nepovoljne za sebe. Poželjno je promeniti obrazac. Učiniti nešto drugačije od onog što smo do sada činili. Smisao toga je shvatiti da može i drugačije da se funkcioniše. Za promenu obrazaca potrebna je hrabrost i mnogi će pre ostati u svom obrascu nego menjati ga. Svrha regulacije emocija je u krajnjem cilju uspostavljanja duševnog mira, koji se manifestuje kroz ličnu sreću i zadovoljstvo, uspostavljenju ravnotežu i blagostanje.

U vanrednim okolnostima kao što je to pandemija koronavirusa, emocije se intenziviraju i možemo osetiti i prijatne i neprijatne emocije. Zapravo, radi se o kriznim vremenima u kojima ljudi svojim ponašanjem pokazuju svoje osobine i emocionalnu stabilnost. Sposobnost da prepoznamo i upravljamo svojim emocijama, kao i da razumemo emocije drugih ljudi, što jeste emocionalna inteligencija, potrebna nam je i u redovnim, a naročito vanrednim situacijama. Emocionalna inteligencija se razvija tokom celokupnog života kroz različite životne situacije. Njen razvoj se aktivira potrebom osobe da emocije ne upravljaju njenim ponašanjem, već da ona upravlja emocijama i razume emocije drugih ljudi kao osnove njihovog ponašanja. Životnom primenom upravljanja emocijama u različitim situacijama svaka zdrava osoba može razviti veštinu upravljanja svojim emocijama.

Literatura

- Ekman, P. (2011). *Razotkrivene emocije*. Beograd: Zavod za udžbenike.
- Goleman, D. (1997). *Emocionalna inteligencija*. Beograd: Geopoetika.
- Malešević, D. (2020). *Profesionalne veštine*. Kikinda: Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi
- Rot, N. (1981). *Opšta psihologija*. Beograd: Zavod za izdavanje udžbenika i nastavnih sredstava.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185–211. Dostupno na: http://ei.yale.edu/wp-content/uploads/2014/06/pub153_SaloveyMayerICP1990_OCR.pdf Pristupljeno 16.09.2019.

DECA PREDŠKOLSKOG UZRASTA U VANREDNOJ SITUACIJI IZAZVANOJ PANDEMIJOM COVID-19

mr Srbislava Pavlov, predavač⁹

dr Angela Mesaroš Živkov, prof.¹⁰

Ana Vukobrat, master¹¹

Pandemija Covid-19 ušla je u naše zajednice, zatvorila nas u „četiri zida“, ostavljajući roditeljima da pravim rečima objasne svojoj deci šta se dešava oko njih i u svetu, te zašto ne idu u vrtiće, na rođendane, igrališta, zašto se ne druže i ne viđaju sa drugarima. Efekti i posledice pandemije u velikoj meri odražavaju se na život porodice i na njenu uspostavljenju dinamiku. Prekidi u odnosima sa članovima porodice van domaćinstva, drugarima, poremećena dnevna rutina, ali i ostale mere koje se sprovode u cilju sprečavanja i kontrole širenja Covid-19, karantin i kućna izolacija mogu negativno delovati na decu i njihove porodice (*Technical Note: Protection of Children during the Corona virus Pandemic*, 2019).

Zbog preporučenog socijalnog distanciranja i zabrane kretanja, članovi porodice su više nego ikada usmereni jedni na druge. U zavisnosti od konkretnog slučaja u svakoj porodici, kućna izolacija može doneti niz prednosti za ukućane ali postati i mesto sukoba i konflikata. Porodični sistem je stavljen na veliki test u kom se testira fleksibilnost, postavljaju se nove granice delovanja, prave se različiti kompromisi, redefinišu se ponašanja članova porodice, dolazi do promena u porodičnim rutinama, i to sve u cilju opstanka porodične zajednice.

Adaptacija predškolskog deteta na izolaciju tokom pandemije – ekološki model

Sama izolacija nesumnjivo menja kontekst življenja dece. Zatvoreni vrtići i ograničenost kretanja narušavaju dečju rutinu i socijalnu podršku, dok istovremeno predstavljaju nove stresore za roditelje. U ovakvim uslovima posebno su ugrožena deca i porodice koje već pripadaju vulnerabilnim grupama (ibidem). Promene nastale pod uticajem pandemije, konstantan boravak svih ili većine članova u kući, u izolaciji, imaju za posledicu zahtev za adaptacijom svih članova porodice, uključujući i decu. Prilagođavanje mora biti takvo da se svaki član mora prilagoditi ostalim članovima. U uspešnom prilagođavanju preovlađuju pozitivna osećanja ljubavi, odanosti, razumevanja, dok negativna osećanja poput napetosti, konflikta, ljutnje, stvaraju uzajamni antagonizam koji ugrožava integritet porodice (*Sistemska porodična terapija*, n.d). Izolacija može dovesti do određenih psihičkih tegoba, ali takođe predstavlja mogućnost za povećani rizik za zlostavljanje i zanemarivanje deteta.

⁹ E-mail: srbislavapavlov@yahoo.com

¹⁰ E-mail: angelamesaros.zivkov@gmail.com

¹¹ E-mail: manuska89@gmail.com

Posmatrajući nastalu situaciju kroz prizmu Bronfenbrennerove teorije ekološkog razvoja, analiza uticaja izolacije usled pandemije koronavirusa na predškolsko dete izlazi iz okvira porodičnog okruženja i pruža fenomenološku perspektivu. Bronfenbrenner (1997) daje ekološki model razvoja ličnosti postavljen u četiri nivoa ekoloških sistema, sredine, unutar kojih se razvija svaka osoba. Ovi nivoi čine složenu i dinamičnu strukturu. Dete se razvija u različitim ekološkim sredinama, od mikrosistema, preko mezosistema, egzosistema i makrosistema. Ovakvo shvatanje razvoja ličnosti naglašava važnost sredine za razvoj dečje ličnosti. Levkov (1985) naglašava gusto isprepletenu mrežu odnosa između ekoloških sredina i ličnosti koju nije moguće uslovno razdvajati, dok Nedimović i Biro (2011) ističu društveni kontekst koji treba posmatrati kao slojevite ekološke strukture između kojih postoji složena interakcija i snažna međuzavisnost.

Porodica predstavlja porodični mikrosistem, neposredno okruženje u kome se detetov razvoj odvija (Belski i Tolan, 1985). Svaka porodica stvara jedinstvenu interpersonalnu strukturu koja se javlja kao kontekst dečjeg razvoja. Javljaju se dijadni odnosi između deteta i jednog od roditelja, deteta i sibringa, između supružnika. Ovi dijadni odnosi predstavljaju osnovu za stvaranje trijada i tetrada i tako dalje. Dijadni odnosi između jednog roditelja i deteta u izmenjenom kontekstu življenja usled izolacije još više dobijaju na značaju. Za porodičnu interpersonalnu strukturu važna je raspodela moći. Bronfenbrennerova teorija (1997) sugeriše da je optimalna situacija za učenje i razvoj ona u kojoj se raspodela moći postepeno pomera ka detetu kao osobi u razvoju. Takođe, unutar dijade osobe razvijaju afektivni odnos. U uslovima izolacije, veoma je važno da roditelji razvijaju svoj odnos sa detetom kroz zajedničke aktivnosti poput gledanja slikovnica, pričanja priča, igre ili uključivanje deteta u obavljanje kućnih poslova kako bi mu olakšali adaptaciju na novonastalu situaciju.

Na dete utiče ono što se dešava u širem društvenom okruženju. Kako roditelji postaju jedina direktna veza sa spoljašnjim svetom, njihovo ponašanje se reflektuje na dete. Roditelji prenose poruke iz okruženja u porodicu. Uloga roditelja u izmenjenoj situaciji usled izolacije je opterećena strahom od bolesti, brigom da zaštiti dete i porodicu, brigom za očuvanje posla i egzistenciju ili prekovremenim radom i opasnim uslovima rada. Njihove aktivnosti, nove uloge (npr. rad od kuće), relacije sa drugim ljudima, uzrokuju promene u porodici u kojoj živi dete, a samim tim i kod deteta. Sve ovo može značajno opteretiti roditelja i tako uticati na njegovu sposobnost da odgovori i saosećajno reaguje na detetove potrebe i zahteve. Belski i Tolan (1985) ističu da je empatično, umešno i prilagođeno reagovanje roditelja na potrebe deteta značajno za njegov razvoj jer rezultira sigurnim, nasuprot anksioznom, emocionalnim razvojem deteta, što u uslovima nastalim usled pandemije koronavirusa još više dolazi do izražaja. Uticaj televizije tokom izolacije ne sme se zanemariti. U televizijskim programima prevashodno su zastupljene emisije informativnog karaktera o virusu, njegovom širenju i uticaju na društvo i ekonomiju, što može dodatno opteretiti roditelja, ali i dete koje ne razume dobro

sadržaj, vidi uznemirujuće slike na ekranu, ali i uočava zabrinutost i zebnju roditelja, što i njega uznemirava i unosi brigu za njegovu i sigurnost njemu bliskih. Roditelji bi trebalo da razgovaraju sa svojom decom o onome što se dešava, što vide i čuju na TV-u kako bi im pomogli da shvate situaciju. Takođe, televizija može delovati i na porodične interakcije ukoliko su roditelji suviše usmereni na gledanje programa ili, pak, ukoliko deca veći deo dana provode prateći sadržaje na TV.

Nepohađanje vrtića, nemogućnost da izađu napolje da se igraju i u šetnju, da se druže sa vršnjacima i uznemirenost roditelja mogu uticati stresno na dete. Iako nije uvek lako prepoznati kada su deca pod stresom, promene u ponašanju mogu biti pokazatelji – promene raspoloženja, promene u ritmu spavanja, a kod mlađe dece sisanje palca, uvrtnje kose (Dowsen, 2015). Dete može reagovati na stres tako što postane nespretnije, povlači se u sebe, oseća bes, ima noćne more, stomachne tegobe i glavobolje, ali i traži mnogo više pažnje od roditelja nego ranije. Roditelji mogu da pomognu detetu da se izbori sa izolacijom koja može biti veoma stresna za njih razgovorom o virusu i pandemiji, ali na način koji je detetu prihvatljiv i razumljiv. Podučavanje dece o preventivnim merama, razgovor sa njima o njihovim strahovima i pružanje osećaja određene kontrole nad rizikom od infekcije može pomoći u smanjenju straha i anksioznosti (*Talking to Children About COVID-19 (Coronavirus): A Parent Resource*, 2020) i lakšoj adaptaciji deteta.



Slika 12: „Ja sa maskom protiv korone“, april 2020. godine, devojčica, 6,5 godina

Na detetove reakcije treba odgovoriti smireno, saslušati njihove brige neminimizirajući ih, pružiti im dodatnu ljubav i pažnju. Deci su potrebne ljubav i pažnja tokom teških vremena (Dowsen, 2015;

Helping children cope with stress during the 2019-nCoV outbreak, n.d.). Roditelji bi trebalo da pokažu detetu da je u redu da se oseća ljuto i uplašeno, usamljeno ili anksiozno i da su ta osećanja prisutna i kod drugih, uz podsećanje da je ono kod kuće, u i uz porodicu, sigurno. Većina roditelja ima veštine da se nosi sa stresom svog deteta (Dowsen, 2015). Deca obično osećaju olakšanje ukoliko izraze svoja osećanja u sigurnom i podržavajućem okruženju.

Pred roditeljima je bezbroj mogućnosti da deci organizuju vreme na kvalitetan način uz zajedničke aktivnosti, kako bi se deca što lakše i bezbolnije adaptirala na izolaciju tokom pandemije Covid-19.

Preporuke roditeljima za organizovanje vremena u porodici tokom izolacije

Iz navedenih razloga, navodimo osnovne preporuke roditeljima koje za cilj imaju težnju da olakšaju roditeljima proces organizovanja vremena deci predškolskog uzrasta u okviru porodičnog sistema:

- Prvi korak u prihvatanju činjenice da se nalazimo u kućnoj izolaciji jeste da se objasni detetu šta je to Covid-19 u skladu sa njegovim uzrastom. Tom prilikom savetuje se da se izbegava stvaranje panike i zabrinutosti zbog postojanja istog;
- Pričati o trenutnim osećanjima zbog kućne izolacije otvoreno, iskreno i bez stida;
- Iako su dominantne zajedničke aktivnosti ukućana i određeni uspostavljeni porodični rituali, veoma je bitno da ipak svaki član porodice ima svoj deo prostora u kući, svoj „kutak“ – kutak za igru, kutak za odmor, poslovni kutak...;
- Pokušati da se o ličnim bračnim konfliktima, eventualnim finansijskim problemima ili bilo kojim drugim nesporazumima ne razgovara pred decom;
- Napraviti nedeljni plan sa jasno definisanim dnevnim aktivnostima svakog člana porodice i truditi se da se napisane obaveze uspešno realizuju. Zaista je u uslovima kućne izolacije najvažnije da dete uspostavi određeni režim dana (raspored dnevnih aktivnosti), radi lakšeg funkcionisanja samog deteta, ali i ostalih članova porodice. Definisani raspored dnevnih aktivnosti i uloga doprineće da se izbegne konfuzija i bespotrebno gubljenje vremena, ali i energije;
- Pomoću društvenih mreža i ostalih vidova onlajn komunikacije organizovati razgovore i viđenja preko kamere sa vršnjacima;
- Birati zajedno sadržaje (uključiti dete u izbor aktivnosti) koji će se odvijati tokom dana;
- Ukoliko roditeljima nedostaje ideja ili imaju manjak kreativnosti u organizovanju vremena svojoj deci kod kuće, internet je postao neiscrpan izvor jasno definisanih i objašnjenih igara i aktivnosti koje se mogu da realizovati u kućnim uslovima.

Značaj dnevne rutine i dnevnog rasporeda ističe i visoko priznata svetska organizacija koja promovira i štiti dečija prava – UNICEF. U tom kontekstu postavljaju pitanje „Kako organizovati vreme u kućnoj izolaciji“ i odgovaraju kroz davanje saveta i preporuka:

- Ustajati, ići na spavanje i jesti u isto vreme;
- Ne postavljati preambiciozne ciljeve;
- Odvojiti vreme za planiranje rasporeda. Ovo može da izgleda kao naporna aktivnost, ali zapravo će olakšati organizaciju svakodnevnog života;
- Pomoći i deci da uspostave rutinu jer ona pruža osećaj sigurnosti i predvidljivosti koji su od velike važnosti za razvoj deteta;
- Uključiti decu u zajednički dogovor oko plana porodičnih aktivnosti (sa mlađom decom zajedno napraviti raspored i staviti ga na vidljivo mesto; objasniti im raspored i razviti sigurnost da su razumeli očekivanja);
- Držati se satnice u kojoj se obično obavljaju poslovne obaveze u određenom prostoru za obavljanje istog;
- Za decu mlađeg uzrasta umesto velikih blokova aktivnosti, rasporediti dan u više kraćih celina (razmišljati o aktivnostima upakovanim u blokove od po 30 minuta);
- Prilagoditi raspored detetu – kombinovati zajedničke aktivnosti sa aktivnostima koje dete sprovodi samostalno;
- Ograničiti upotrebu digitalnih uređaja kod dece (mobilnih telefona, tableta, računara). Njih pametno treba koristiti kao alatke, npr. Davati ih u određeno vreme ili čuvati za trenutke kada su stvarno neophodni – zbog važnog sastanka, poslovnog razgovora ili zbog umora;
- Ukoliko dete ne spava tokom dana, staviti u zajednički raspored „trenutak predaha“ tokom poslepodneva. U toj situaciji predložiti tihe aktivnosti kao što su slaganje slagalice, kockica i slično;
- Uključiti decu u aktivnosti oko vođenja i održavanja domaćinstva u skladu sa njihovim uzrastom i sposobnostima. Aktivnosti koje se rade zajedno važne su za razvoj osećanja zajedništva i osećaja kod dece da su potrebni;
- Gledanje filma može biti zajednička aktivnost na kraju dana;
- Postojanje fleksibilnosti – nije bitno uvek držati se striktno rasporeda, treba pustiti ponekad da stvari idu svojim tokom;
- Ovo je sjajno vreme da dete ovlada veštinom samostalne igre, ukoliko do sada to nije umelo. Treba početi tako što ćete motivisati dete ili mu dati predlog: „Pogledaj, možeš da napraviš zabavu za svoje dinosauruse!“;

- Ograničiti korišćenje mobilnog telefona jer može delovati ometajuće. Roditelj treba da bude primer detetu i ne treba provoditi vreme sa mobilnim telefonom u ruci;
- U uslovima vanrednih okolnosti ne treba se truditi da se bude savršen. Samo treba dati sve od sebe. Ova situacija neće trajati zauvek i završiće se jednog trenutka, kada će se život vratiti u normalne tokove (*Kako organizovati vreme u kućnoj izolaciji: Dnevna rutina tokom kućne izolacije*, n.d.).

Fizičke aktivnosti dece predškolskog uzrasta tokom izolacije

Zdravlje se, prema Svetskoj zdravstvenoj organizaciji, definiše kao stanje potpunog fizičkog, umnog, moralnog i socijalnog blagostanja. Na osnovu date definicije može se videti da je fizičko zdravlje povezano sa mentalnim zdravljem, na koje utiču mnogi sredinski faktori, pre svega u savremenom društvu, kao što su zaposlenost roditelja, razvodi, emocionalna klima u porodici i u predškolskim i školskim ustanovama, nezadovoljavanje potrebe za kretanjem i drugo (Berar i Džinović-Kojić, 2009). Hipokinezija koja podrazumeva smanjeno kretanje, nepravilnu ishranu i stres, još više je prisutna u uslovima pandemije Covid-19 i pogađa i decu predškolskog uzrasta.



Slika 13: „Kako izgleda koronavirus“, april 2020. godine, devojčica, 5 godina

Koliki je značaj fizičkog vežbanja pokazuju i saznanja o procesu vežbanja u funkciji vaspitanja koja su se kretala od empirijskih preko apstraktnih ili filozofskih, pa sve do naučnih. Od starovekovne Kine i Indije, Asirije i Persije, sumerske i kritsko-mikenske kulture, do Atine i Rima, pored formiranja određenih ljudskih vrlina, moralnih vrednosti, sastavni deo vaspitanja je i fizičko vežbanje. Dela mnogih mislilaca i pedagoga ističu potrebu harmoničnog razvoja ličnosti i značaja procesa vežbanja za optimalan i skladan razvoj čoveka, smatrajući da je „telo važno vežbati”, te da se vežbanjem ostvaruju vaspitne komponente i estetske, emocionalne i moralne vrednosti (Dedaj, 2011; prema Nikolić, 2019). U ovom trenutku kao sredinski faktor pojavljuje se pandemija Covid-19, koja je nametnula drugačije uslove života. Briga o zdravlju i zdravstvenom vaspitanju dece je prebačena u potpunosti na roditelje koji moraju voditi računa o tome da na mentalno i fizičko zdravlje pozitivno utiču toplina, veselje, vedrina, srdačan odnos odraslih i drugih ukućana, u samom periodu izolacije i smanjenih mogućnosti za fizičke aktivnosti. Ovaj odnos se može postići kroz različite vaspitno-obrazovne aktivnosti, a pre svega kroz igru i fizičke aktivnosti prilagođene trenutnim životnim uslovima.

Igra je jedna od najvažnijih oblasti i činioca dečjeg odrastanja i zbog toga deci treba omogućiti da što više vremena provedu u njoj. Deca predškolskog uzrasta se više kreću i imaju veću potrebu za fizičkim aktivnostima, a kod dece školskog uzrasta vreme provedeno u fizičkim aktivnostima se smanjuje što je uslovljeno novim, školskim obavezama (Nikolić, 2019).

Polazeći od ciljeva telesnog razvoja i zdravstvenog vaspitanja koji podrazumevaju očuvanje i jačanje telesnog i mentalnog zdravlja, pravilan rast i razvoj dečjeg organizma i povećavanje otpornosti prema nepovoljnijim uticajima savremenog života, sticanjem osnovnih znanja o zdravstvenoj kulturi (svakodnevno vežbanje, odmor, pravilna ishrana, higijena – boravak u provetrenim prostorijama, učestalo pranje ruku i higijena disanja – prekrivanje kašlja ili kijanja savijenim laktom ili maramicom, a zatim odmah bacanje maramice u zatvorenu kantu) i svakodnevnim vežbanjem možemo postići pozitivne efekte (Berar i Džinović-Kojić, 2009; *Šta treba da znate o korona virusu da biste zaštili sebe, svoju decu i porodicu: Ujedinjeni u zaustavljanju korona virusa*, n.d.). Vežbanjem u vreme izolacije kod dece predškolskog uzrasta pozitivno se utiče na održavanje pravilnog posturalnog statusa, na funkcionalne i fiziološke parametre organa i organskih sistema. Boravak u kući, stanu, uslovljava da se većina vremena provodi u sedećem ili ležećem položaju koji su u najvećem procentu nepravilni položaji. Smanjene mogućnosti za kretanje kod dece predškolskog uzrasta dovode do slabljenja krupnih mišića, smanjenja pokretljivosti zglobova i elastičnosti ligamenata, kao i pada funkcionalnih sposobnosti organa kardiovaskularnog i respiratornog sistema, što smanjuje prokrvljenost ćelija, usporava rad srca, smanjuje vitalni kapacitet pluća, usporava metabolizam. Usporavanjem metabolizma, a unošenjem većih količina nezdrave hrane, pre svega grickalica i testenina, dolazi i do gomilanja masnih naslaga i povećanja telesne težine. Ovaj uzrast je podložan negativnim uticajima

sredine koji dovode do pojave deformiteta kičmenog stuba, nogu i stopala, kao i do gojaznosti. Nezadovoljavanje potrebe za kretanjem kod dece povlači sa sobom nepravilan san, smanjenu koncentraciju i pažnju, nezainteresovanost, razdražljivost, nagle promene raspoloženja i da bi se sprečile nuspojave izolacije usled pandemije potrebno je izdvojiti vreme za svakodnevno fizičko vežbanje u trajanju od 15–20 minuta. Ovo vežbanje podrazumeva tačno definisane vežbe za jačanje i istežanje određenih mišićnih grupa, vežbe za razvoj motoričkih sposobnosti kao što su ravnoteža, koordinacija, gipkost, preciznost, snaga. Kod izbora vežbi treba voditi računa o uzrastu deteta, o težini i doziranju vežbi, o uslovima u kojima se rade, mogućnostima korišćenja određenih rekvizita – lopta, plišana igračka, vrećica, vijača, palica, flašica, jastuk, klikeri i drugo. Prostor u kojem se rade vežbe mora biti provetren i odgovarajuće temperature, dete treba da bude u adekvatnoj opremi i da se nakon vežbanja obavi lična higijena (pranje ruku, umivanje, presvlačenje opreme). Vežbanje je interesantnije ukoliko se i drugi ukućani priključe radu, mama, tata, brat ili sestra, jer se time dete mlađeg uzrasta lakše motiviše, ukazuje mu se ličnim primerom na značaj vežbanja i pozitivno se utiče na atmosferu u izolaciji. Fizičko vežbanje može podrazumevati jutarnje telesno vežbanje, koje ima svoje prednosti jer se razbudi organizam, pojačava se rad unutrašnjih organa i organskih sistema i pripremi se dete za druge aktivnosti, npr. za praćenje predškolskog programa preko TV programa, a može se primenjivati i ako dete ima rutinu popodnevnog spavanja.

Fizičko vežbanje u uslovima pandemije se može realizovati kroz:

- Vežbe oblikovanja – individualno, u parovima, sa rekvizitima i drugo;
- Poligone – za postavljanje poligona mogu se iskoristiti delovi nameštaja (stolice, taburei), plišane igračke, jastuci, oblici napravljeni od papira i drugo;
- Vežbe korektivne gimnastike – vežbe za deformitete kičmenog stuba, nogu i stopala – individualno, sa i bez rekvizita;
- Vežbe za jačanje određenih mišićnih grupa – trbušnih, leđnih, mišića ruku i ramenog pojasa i drugo;
- Pokretne igre: „Avioni i poplava“, „Dan i noć“, „Zakači maci rep“, „Glava, ramena, kolena i stopala“ i slično.

Vežbanje u uslovima izolacije može biti i po programima koji se nude na različitim sajtovima od strane stručnih lica iz oblasti fizičkog vaspitanja i sporta, na sajtovima sportskih klubova, a jedan od ponuđenih programa se prikazuje u okviru onlajn nastave za učenike osnovnih i srednjih škola na programu RTS-a pod nazivom *Javni čas vežbanja i sporta* u organizaciji Ministarstva omladine i sporta, Sportskog saveza Beograda i Radio-televizije Srbije. Vežbe se mogu primenjivati i prilagoditi deci predškolskog uzrasta koja mogu da vežbaju individualno ili u društvu svoje braće ili sestara (Stepić, 2020).

Uz fizičke aktivnosti deca predškolskog uzrasta mogu da kvalitetnije provedu vreme u izolaciji za vreme pandemije i da se njihove funkcionalne, fizičke, psihičke sposobnosti održe na zahtevanom nivou za ovaj uzrast.

Saveti o prevenciji i jačanju imuniteta tokom epidemije novog koronavirusa sa sajta beo-lab pozivajući se na bugarski sajt sinovo (tekst napisan u saradnji sa medicinskim direktorom Medicover-a, dr Tsvetelina Velikova) su sledeći:

- Dovoljno sna: spavanje ima veliki uticaj na imunološku funkciju, pa je ključno da kvalitetno i dovoljno spavate. Praktikuju da svako veče odete u približno isto vreme na spavanje – isključite ekrane, osigurajte da je soba hladna, tiha i mračna i podsetite se da ćete sebi pomoći ako odete na spavanje na vreme;
- Vežba: Umerena, redovna fizička aktivnost pomaže da se poveća funkcija imunološkog sistema, podiže nivo belih krvnih zrnaca i antitela koja se bore protiv infekcije, poboljšava cirkulaciju i smanjuje hormone stresa;
- Uspostavite i sledite program vežbanja, ne samo da sprečite respiratorne infekcije, već i da poboljšate kognitivnu i fizičku otpornost;
- Ishrana: Istraživanja pokazuju da jarko obojeno povrće i voće jačaju imunitet bolje od većine suplemenata. Jedite puno voća i povrća – ciljajte na bar 5 porcija dnevno. Uključite fermentisano povrće (kiseli kupus, turšija i dr.) ili drugu hranu koja sadrži probiotike (*Saveti o prevenciji i jačanju imuniteta tokom epidemije novim korona virusom Covid-19, n.d.*).

Preporuke roditeljima dece sa razvojnim smetnjama za uspostavljanje dnevne rutine tokom izolacije

Kada je reč organizovanju i provođenju vremena u kućnoj izolaciji posebno osetljivo pitanje je ono koje se odnosi na roditelje/staratelje dece sa razvojnim smetnjama. Promene u uspostavljenim navikama i dnevnoj rutini kod dece sa razvojnim smetnjama mogu dovesti do povećane razdražljivosti, agresivnosti, samodestrukcije i anksioznosti.

U normalnim životnim okolnostima deca sa razvojnim smetnjama imaju ustaljene navike i rutine koje se odnose na ustajanje, doručak, obavljanje higijenskih navika, odlazak u vrtić, odlazak u dnevni boravak, ručak, šetnju, provođenje vremena u aktivnostima kod kuće, večeru, obavljanje higijenskih navika, odlazak na spavanje. Izrečene mere zabrane kretanja zasigurno imaju više negativnih uticaja na život dece sa razvojnim smetnjama nego što je to slučaj sa njihovim vršnjacima tipične populacije. U novonastaloj situaciji pandemije Covid-19 jako je teško objasniti deci sa razvojnim smetnjama promene do kojih je došlo i teško je odgovoriti na pitanje zašto je odjednom nestala svakodnevica na koju su navikli i na kojoj se u suštini zasniva čitav njihov život. U takvoj situaciji najbitnije je da roditelji/staratelji ne iskazuju paniku i zabrinutost, već da svoje napore usmere ka pokušaju da vrate

rutinu na koju su deca navikla, ali prema izmenjenim pravilima i u novim, kućnim uslovima. Od velike važnosti je preusmeravanje pažnje na aktivnosti koje mogu da se realizuju u kućnim uslovima kako bi se deca sa razvojnim smetnjama osećala prijatno i zadovoljno (muzika, gledanje TV-a, kreativne radionice, telefonski razgovori sa prijateljima i članovima porodice i slično). Treba imati u vidu da roditelji/staratelji dece sa razvojnim smetnjama u slučaju kriznih situacija u kući (agresije, vike, histerije, pojave novih neprilagođenih ponašanja i dr.) uvek mogu potražiti stručnu pomoć.

Pomenuta svetska organizacija koja promoviše i štiti dečija prava – UNICEF je u tom kontekstu objavila savete za uspostavljanje dnevne rutine tokom epidemije koronavirusa za decu sa autizmom:

- Da bi se dete sa autizmom opustilo potrebno je da se uvedu nove dnevne rutine. Svaki korak dnevne rutine treba da bude predvidljiv. U tu svrhu treba koristiti vizuelne rasporede. Dete sa autizmom trebalo bi da se upozna sa načinima ponašanja tokom epidemije pre nego što te informacije čuje iz drugih izvora. Socijalne priče su dobar način da se pomogne detetu da razume šta se dešava i šta bi trebalo da radi. Treba dati vremena detetu sa autizmom da „obrađi“ saopštene informacije. Neka deca će imati potrebu da igranjem uloga i stalnim zapitkivanjem otklone stres izazvan novonastalom situacijom;
- Može se desiti da dete bude „preplavljeno“ onim što čuje, tako da će stereotipno postavljati ista pitanja, iako je već više puta čulo istovetan odgovor. Ako se to dogodi, treba uvesti pravilo. Na primer, pitanja o koronavirusu mogu se postavljati posle svakog obroka pet minuta. Treba pokušati da im se odgovori na pitanja iskreno, primereno njihovim sposobnostima, bez izazivanja straha. Van predviđenog vremena stereotipna pitanja treba ignorisati. Ako dete uvrsti sadržaje o koronavirusu u svoju igrovnu rutinu, savet je da mu se dozvoli da to čini. To je način na koji proživljava traumu. Predlaže se kontrola pristupa sadržajima na internetu koji prikazuju katastrofične scenarije, čak i ako je reč o fikcionim sadržajima;
- Jedan od najboljih načina prevencije jeste higijena ruku. Detetu sa autizmom će možda biti neobično što se ruke peru nešto češće i na malo drugačiji način. U tom kontekstu, predlaže se da roditelji peru ruke na način koji stručnjaci preporučuju i da se trude da zabeleže svaki korak ove aktivnosti. Nadalje, treba napraviti listu svih koraka i početi podučavanje od prvog. Na nalog „Operi ruke“ dete bi trebalo da pusti vodu iz česme. Ako to ne radi, treba mu pružiti podsticaj. U početku podsticaj može biti fizički – da i roditelji sami stave ruku preko ruke deteta i da zajedno odvrnu slavinu. Treba se truditi da vremenom podsticaji budu sve manji. Ako dete pokrene ruku prema česmi, ali ne pusti vodu, laganim pokretom lakta treba ga usmeriti ka ručici česme. U daljim fazama smanjivanja podsticaja, pokazati kažiprstom na deo česme koji treba da pokrene. Uspešno izvedenu aktivnost treba nagraditi. Najbolje je koristiti socijalne nagrade – pohvale poput „Odlično“, „Bravo“ i slično. Ako dete ne reaguje na socijalne

nagrade, može se potkrepiti i na drugi način, ali ipak se treba truditi da se vremenom smanjuje potkrepljenje. Kada dete ovlada prvim korakom pranja ruku, polako treba preći na sledeći korak koji će savladati na isti način kao prvi. Kada se povežu prva dva koraka, prelazi se na treći itd.;

- Deci sa autizmom može se pomoći tako što će im se pokazati kako da peru ruke prateći sopstvenu aktivnost rečima. Ova tehnika zove se modelovanje uživo. Ako je dete zainteresovano za video-snimke mogu im se prikazivati video-materijali (video-modelovanje ili video-samomodelovanje);
- Pošto ruke treba prati najmanje 20 sekundi, treba pomoći detetu da shvati koji je to vremenski period. U tu svrhu mogu se koristiti peščani satovi, likvidni tajmeri, brojanje, pevanje ili recitovanje nekog stiha u odgovarajućem trajanju i sl.;
- Od velike važnosti je da se napravi lista pojedinaca i službi koji će roditelju/staratelju pomoći u slučaju da se razbole (Glumbić i Đorđević, n.d.).

Za decu sa razvojnim smetnjama, isto kao i za njihove vršnjake, vrlo je važno da se isplanira novi raspored, te da se umesto prethodno isplaniranih i dogovoreni aktivnosti odrede nove, prilagođene porodičnoj sredini. Strah kod roditelja/staratelja dece sa razvojnim smetnjama je neizostavna emocija kada treba uvesti novine i promene u život njihove dece. Kako bi se strah smanjio i kako bi se izbegle eventualne neprijatnosti, važno je uključiti i sâmo dete sa razvojnim smetnjama u donošenje novih odluka i u novo planiranje aktivnosti.

Za decu predškolskog uzrasta izolacija je velika promena u njihovim životima. Zbog prestanka rada predškolskih ustanova, vaspitno-obrazovni rad se iz vrtića, u kom su vaspitači imali ključnu ulogu, premestio u porodične domove gde je sada ista ta uloga prepuštena roditeljima. Mnogi supružnici se trude da uspešno realizuju novu ulogu u svom životu, što može da bude otežano zbog poslovnih obaveza koje su se iz kancelarija takođe premestile u porodičnu sredinu. Uprkos savremenom i ubrzanom načinu života, životni ritam se polako smiruje, a društveni život sa prijateljima i vršnjacima se usmerava na provođenje vremena u krugu članova najuže porodice. Jedna od važnih uloga roditelja u ovom periodu je da budu podrška svom detetu, da se, kroz razgovor i zajednički provedeno vreme u igri, kreativnim i fizičkim aktivnostima, što lakše adaptira na izolaciju nastalu pandemijom Covid-19.

Literatura

- Belski, DŽ. i Tolan, V. (1985). Bebe kao stvaraoci svog razvoja. U knjizi: *Ekološka dečja psihologija*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Berar, M. i Džinović-Kojić, D. (2009). *Telesni razvoj i zdravstveno vaspitanje – udžbenik za studente pedagoških i učiteljskih fakulteta*. Sombor: Pedagoški fakultet, Univerzitet u Novom Sadu.

- Bronfenbrenner, J. (1997). *Ekologija ljudskog razvoja*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Dowshen, S. (2015). *Childhood Stress*. Preuzeto 5. aprila 2020. sa: <https://kidshealth.org/en/parents/stress.html>
- Glumbić, N. i Đorđević, M. (n.d.). *Deca sa autizmom i COVID-19 saveti za uspostavljanje rutine tokom epidemije korona virusa*. UNICEF Srbija. Preuzeto 4. aprila 2020. sa: <https://www.unicef.org/serbia/deca-sa-autizmom-tokom-COVID19>
- *Helping children cope with stress during the 2019-nCoV outbreak*. (n.d.). World Health Organization. Dostupno na: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/helping-children-cope-with-stress-print.pdf?sfvrsn=f3a063ff_2
- *Kako organizovati vreme u kućnoj izolaciji; Dnevna rutina tokom kućne izolacije*. (n.d.) UNICEF Srbija. Preuzeto 4. aprila 2020. sa: <https://www.unicef.org/serbia/kako-organizovati-vreme-u-kucnoj-izolaciji?fbclid=IwAR07iBv9PpXgOFRn7DElWgl1wH62Z2z-C5prjMm8g9fyblbB7ymDbpv5V3o>
- Levkov, Lj. (1985). *Ekologija ljudskog razvoja – dopune i komentari*. U knjizi: *Ekološka dečja psihologija*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Nedimović, T. i Biro, M. (2011). Faktori rizika za pojavu vršnjačkog nasilja u osnovnim školama. *Primenjena psihologija* br. 3, 229–244.
- Nikolić, I. (2019). Uticaj sporta i fizičkog vaspitanja na rast, razvoj i zdravlje dece školskog uzrasta. *Poslovna ekonomija – Business Economics, godina XIII, Broj 1*, str. 47-62. Sremska Kamenica: Univerzitet Edukons, Fakultet poslovne ekonomije. doi: 10.5937/poseko15-17443.
- *Saveti o prevenciji i jačanju imuniteta tokom epidemije novim korona virusom COVID-19*. (N.D). Preuzeto 5. aprila 2020. sa: <https://www.beo-lab.rs/korona-virus/>
- *Sistemska porodična terapija*. (n.d.). Preuzeto 5. aprila 2020. sa [cg.ac.me/skladiste/blog_10873/objava_68123/fajlovi/MALA%20SKRIPTA%20IZ%20SYSTEMS KE.pdf](http://cg.ac.me/skladiste/blog_10873/objava_68123/fajlovi/MALA%20SKRIPTA%20IZ%20SYSTEMS%20KE.pdf)
- Stepić, G. (2020). *Javni čas vežbanja na programima RTS-a – rekreacija i za stare i mlade*. Preuzeto 6. aprila 2020. sa: <https://www.rts.rs/page/stories/sr/story/3148/zivot-u-vreme-pandemije/3905263/javni-cas-vezbanje-sport-rts.html>
- *Šta treba da znate o korona virusu da biste zaštitili sebe, svoju decu i porodicu: Ujedinjeni u zaustavljanju korona virusa*. (n.d.). UNICEF Srbija. Preuzeto 6. aprila 2020. sa

<https://www.unicef.org/serbia/%C5%A1ta-treba-da-znate-o-korona-virusu-da-biste-za%C5%A1titili-sebe-svoju-decu-i-porodicu>

- *Talking to Children About COVID-19 (Coronavirus): A parent Resource.* (2020). National Association of School psychologists. Preuzeto 4. aprila 2020. sa https://www.dropbox.com/s/kmuxxdyp44ngqi0/Talking%20to%20Children%20about%20COVID1_NASP_NASN.pdf?dl=0
- *Technical Note: Protection of Children during the Corona virus Pandemic.* (2019). Preuzeto 5. aprila 2020. sa: https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/the_alliance_covid_19_brief_protection_of_children.pdf



Slika 14: „Maska kakvu bih želela da imam“, april 2020. godine, devojčica, 6,5 godina

STANJE SRODNIH I AKTUELNIH ISTRAŽIVANJA U INOSTRANIM VISOKOŠKOLSKIM INSTITUCIJAMA

dr Milanka Maljković, prof.¹²

U vezi sa aktuelnim problemom vezanim za pojavu koronavirusa oglasili su se univerziteti širom sveta pružajući svojim studentima i zaposlenima brojne instrukcije, preporuke i savete kojih je potrebno pridržavati se u novonastaloj situaciji.

Za potrebe ovog rada nastojali smo doći do saznanja na koji način funkcionišu, motivišu i informišu studente neki od najprestižnijih univerziteta na Šangajskoj listi (*ShanghaiRanking's Academic Ranking of World Universities*), kao i da li se bave istraživačkim aktivnostima u okviru svojih naučnih polja. Važno je napomenuti da su podaci koji se prezentuju u okviru ovog rada prikupljeni i preuzeti sa aktuelnih internet izvora, javno objavljenih na portalima datih institucija. Sve adrese izvora navedene su u tekstu koji sledi.

Na sajtu najprestižnijeg svetskog univerziteta Harvard (*Harvard University*) (Harvard, 2020) istaknuto je da se pomno prati pandemija bolesti, a da je glavni prioritet zdravlje, bezbednost i dobrobit zajednice Univerziteta. Odluka o prelasku na daljinsko učenje u cilju da se smanji broj kontakata, uspori brzina prenosa virusa i zaštiti zajednica stupila je na snagu 10. marta 2020. godine. Na sajtu se ažuriraju podaci u okviru brojnih stranica na kojima se nalaze detaljna obaveštenja koja se odnose na zdravlje i dobrobit studenata, učenje, rad i istraživanje na daljinu, kao i druge aspekte bitne za ličnu i profesionalnu sigurnost svih članova univerzitetske zajednice. Rukovodstvo Univerziteta je svesno odluke da učenje na daljinu nosi sa sobom niz pedagoških, logističkih i tehnoloških izazova, ali je otvoreno i spremno za sve vidove podrške, ističe se u tekstu. Takođe, uvidom u javno dostupne informacije uočava se obaveštenje u kome se od studenata traži da se ne vraćaju u kampuse posle prolećnog odmora i da sve akademske zahteve ispunjavaju na daljinu. Bitno je istaći da se na sajtu univerziteta Harvard obaveštenja svakodnevno ažuriraju i prilagođavaju aktuelnoj situaciji u vezi sa COVID-19 virusom.

U tekstovima dostupnim za javnost može se pročitati da je krajem februara 2020. god. Univerzitet objavio saradnju sa kineskim institutom radi istraživanja različitih aspekata koronavirusa. U nastojanju da uključe naučnike širom države, istraživači sa Harvarda su osnovali Masačusetski konzorcijum o spremnosti patogena (*Massachusetts Consortium on Pathogen Readiness*). Konzorcijum ima za cilj da razvija istraživački proces i infrastrukturu za rešavanje sadašnje globalne pandemije, ali

¹² E-mail: maljkovicm62@gmail.com

i pripremu za eventualna ponovna javljanja. Istraživači učestvuju u šest radnih grupa fokusiranih na kliničko upravljanje, dijagnostiku, epidemiologiju, patogenezu, terapiju i vakcine (The Crimson, 2020). Zajednica univerziteta Stanford (*Stanford University*) 3. aprila 2020. godine na svom sajtu objavila je „Protokol o socijalnom distanciranju“ koji se odnosi na sve objekte Univerziteta (Stanford Health Alerts, 2020). Kao odgovor na brzo razvijanje događaja oko COVID-19 Univerzitet Stanford je aktivirao organizaciju za vanredne operacije usredsređenu ne samo na nastavljanje rada na obrazovanju i istraživanju u postojećim uslovima, već i na očuvanju zdravlja svoje zajednice, ali i zajednica van njihovog kampusa. Podstiču se univerzitetske jedinice da otkazu ili odgode događaje koji bi trebalo da se realizuju između 4. marta i 15. aprila 2020. god., a u kojima bi učestvovalo više od 150 učesnika. Univerzitetski događaji koji se otkazuju ili pomeraju ne uključuju redovno zakazane akademske tečajeve na Stanfordu. U dopisu studentima kao mera predostrožnosti ističe se potreba socijalne distance, a kao alternativa uspešnoj komunikaciji predlaže se upotreba tehnologije što je više moguće. U završnom obraćanju u okviru Protokola ističe se postojanje visokog nivoa svesnosti od strane donosioca akta da će ovo biti razočaranje za mnoge članove, ali da je zdravlje i dobrobit zajednice glavni cilj (Stanford News, 2020). Za sve što je u vezi sa studiranjem, ispitima, studijskim programima, prolećnim odsustvom, ishranom, boravkom u kampusima i drugim pitanjima vezanim za studiranje na raspolaganju su raznovrsne studentske službe Univerziteta putem elektronske komunikacije (Stanford Student Affairs, 2020). Analizirajući prilagodljivost studenata na novonastalu situaciju dekanica za verski život Tifani L. Stajnvert (Tiffany L. Steinwert) u svojoj izjavi objavljenoj 02. aprila 2020. godine ističe da su se studenti vrlo brzo na kreativne načine organizovali u međusobnom podržavanju. Mreže organizacija, odeljenja i grupa prijatelja kreirale su udruženja za uzajamnu pomoć. Svako od studenata stavljao je na raspolaganje ono što trenutno ima - smeštaj, prevoz i finansijsku pomoć, ali i strategije samo-nege, savetovanja i emocionalnu i duhovnu podršku. Ovoj akciji pridružili su se nastavnici i saradnici Univerziteta i svedočili visokom stepenu međusobne saradnje i saosećajnosti (Stanford News, 2020). Istraživači sa Stanforda, tim od 60 naučnika, inženjera, studenata i kliničara, sa univerziteta i iz privatnog sektora, pomogli su da se osnuje naučni tim koji je otvorio veb-lokaciju *N95decon.org* koja prikuplja i stručno analizira postojeću naučnu literaturu o dekontaminaciji maski sa ciljem da objedine i prezentuju najbolje rezultate vezane za ovu tematiku i na taj način pomognu medicinskim radnicima koji ih svakodnevno koriste. Članovi tima tokom poslednjih nekoliko nedelja proučavali su stotine recenziranih publikacija i održavali stalne mrežne sastanke kako bi metode dekontaminacije maski koje su korišćene za prethodne viruse procenili i pronašli osnov za njihovu primenu danas (Stanford news, 2020).

Univerzitet u Kembridžu (*University of Cambridge*) svakodnevno prati najnovije izveštaje Javnog zdravstva Engleske i savete vlade o virusu. Shvataju da njegov uticaj može stvoriti brojne neizvesnosti

kod studenata. Otuda svakodnevno zalaganje da se studentima pruže adekvatne informacije o Univerzitetu, njegovim kursevima i procesu upisa u ovim vanrednim uslovima. Sagledavaju se mogućnosti virtuelnog pružanja što šireg spektra usluga, ali i pokretanja nekih događaja kasnije tokom godine. Svakodnevno se ažuriraju veb-stranice, a za realizaciju specijalnih programa planira se uspostavljanje neposrednih kontakata putem savremene tehnologije na daljinu. Studenti se za informacije o određenim događajima i alternativnim aktivnostima upućuju na veb-stranice ili na direktne telefonske kontakte sa organizatorima. Istraživači na Univerzitetu u Kembridžu pokrenuli su novu aplikaciju koja će se koristiti za prikupljanje podataka za razvoj algoritama mašinskog učenja koji bi automatski mogao da otkrije da li osoba pati od COVID-19 na osnovu zvuka glasa, disanja i kašlja. Studiju je odobrila Komisija za etiku Odeljenja za računarsku nauku i tehnologiju (*Ethics Committee of the Department of Computer Science and Technology*), a delimično je finansirao Evropski istraživački savet (*European Research Council*) (University of Cambridge, 2020).

Masačusetski Institut za tehnologiju (*Massachusetts Institute of Technology*) nudi internet stranicu sa najnovijim informacijama i smernicama u cilju pomoći i podrške studentima u ovom izazovnom vremenu. Pozivaju studente da posećuju stranicu kako bi bili pravovremeno informisani. Međutim, i u ovoj prestižnoj instituciji studentske aktivnosti se obustavljaju i prenose na elektronsko povezivanje i kontakte.



Slika 15: „Planeta u doba korone“, april 2020. godine, dečak, 6 godina

Institut neće realizovati ili sponzorirati bilo kakve programe za studente do leta 2020. Umesto toga, ulažu se zajednički naponi kako bi se studenti i njihove porodice što potpunije informisali i edukovali preko sistema elektronskih mreža o novonastaloj situaciji i njenom prevazilaženju (Top Universities, 2020).

U okviru Univerzitetskog centra Berkli (*UC Berkeley*), istraživači su svesni da informacije koje se prezentuju studentima mogu biti kontradiktorne, često improvizovane, pa čak i netačne. Kako bi odgovorio na izazove COVID-19, Univerzitet pokreće novu video-seriju preko interneta „Berkli Razgovori: COVID-19“ (*“Berkeley Conversations: COVID-19”*). Video serijal se bavi aktuelnom tematikom, povezuje stručnjake iz različitih naučnih oblasti i široku javnost. Realizuje se kroz pitanja, seminare i panel diskusije, sa ciljem razmene sopstvenih saznanja zasnovanih na istini. Javnosti se ostavlja mogućnost pristupa i pitanja kroz direktno uključivanje na forumima svake nedelje, ili pak arhivirano gledanje realizovanih sadržaja (Berkeley News, 2020).

Na veb sajtu Princeton univerziteta (*Princeton University*) svakodnevno se ažuriraju informacije koje se odnose na COVID-19, a koje su vezane za potpunu informisanost i bezbednost zajednice studenata. Ohrabruju se svi članovi univerzitetske zajednice da koriste sledeće tehnike socijalnog distanciranja:

- Najmanje šest stopa između sebe i druge osobe na svim javnim mestima, uključujući biblioteku, trpezariju, itd.;
- Izbegavanje bliskih kontakata, uključujući rukovanje i zagrljaj;
- Ograničiti lične sastanke.

Univerzitet je izdao novi bilten za zajednicu povodom COVID-19 u kome je fokus stavljen na javno zdravstvene mere kojih je neophodno da se pridržavaju svi članovi kampusa i zajednica, kako unutar, tako i van nje (Princeton University, 2020). Istraživači sa Princeton univerziteta uz saglasnost Nacionalne naučne fondacije (*National Science Foundation*) baviće se proučavanjem kako zabrinutost zbog COVID-19 kod ljudi utiče na prihvatanje i prenošenje informacija o pandemiji. Istraživački tim će voditi Alin Koman (Alin Coman), vanredni profesor psihologije i javnih poslova. Neka od pitanja kojima će se baviti su: Da li su ljudi koji poseduju tačne informacije o virusu manje ili više zabrinuti zbog bolesti? Da li ljudi koji su veoma zabrinuti za COVID-19 verovatnije šire dezinformacije na svoju društvenu mrežu? Da li su mreže u kojima je precizan prenos znanja u stanju da smanje negativne emocije? Koliki je uticaj mreža na ljude prilikom prenošenja informacija ili dezinformacija o COVID-19? Istraživači predviđaju da će način razgovora i težnja članova zajednice da razmenjuju tačne ili netačne informacije znatno uticati ne samo na nivo znanja o virusu nego i na emocije koje doživljava svaki pojedinac ponaosob (Princeton University, 2020).

Stranica na sajtu Univerziteta u Oksfordu (*University of Oxford*) omogućava studentima da dobiju odgovore na brojna pitanja i razreše mnoge nedoumice u vezi sa koronavirusom. Podaci su

pravovremeni i ažuriraju se redovno. U okviru obraćanja Martina Viliijamsa (Martin Williams) studentima istaknuta je podrška i odlučnost u preduzimanju koraka da se ublaži uticaj pandemije na akademsko postignuće koliko god se može, kao i da se uzimaju u obzir pojedinačne okolnosti studenata, njihove mentalne, fizičke i zdravstvene potrebe. Radi se na pronalaženju rešenja koja bi bila što jednostavnija i uniformnija kako bi se minimizirali propusti, nedostaci i omogućili ravnopravni pristupi za sve studente (University of Oxford, 2020).

Kolambija Univerzitet (*Columbia University*) na svojoj veb-stranici poziva studente da slede mere javnog zdravlja, uključujući socijalnu distancu i boravak kod kuće. Nastavni časovi realizuju se preko internet mreža, a sve istraživačke i operativne aktivnosti realizovaće se na daljinu. Endru Randl (Andrew Rundle), vanredni profesor epidemiologije u Školi za javno zdravstvo univerziteta Kolambija (*School of Public Health*) i njegove kolege rade na studiji u kojoj se bave uticajem zatvaranja škola na povećanu gojaznost kod dece. Smatraju da će se sa zatvaranjem škola zbog COVID-19 ove godine za mnogo dece u SAD povećati faktor rizika za gojaznost. U okviru studije autori predstavljaju nekoliko mogućih intervencija kako bi se ovi rizici umanjili. Jedan od njih je podsticanje škola da u okviru kapaciteta za daljinsko podučavanje poseban akcenat bude na fizičkim aktivnostima dece, kao i na izradi planova kućnih predavanja za fizičku aktivnost i časove vežbanja (Columbia University, 2020).

Univerzitet u Čikagu (*University of Chicago*) nudi studentima fleksibilne mogućnosti ocenjivanja tokom prolećnog kvartala koji se realizuje putem učenja na daljinu, a studentima su na raspolaganju resursi Univerziteta i internet biblioteka. Prevažodni cilj Univerziteta je da se zaštiti zdravlje, sigurnost i dobrobit studenata, profesora i osoblja. U skladu sa pomenutim stavom je i video-poruka na sajtu Univerziteta profesorke Emili Landon (Emily Landon), specijaliste za zarazne bolesti, koja studentima daje savete i odgovara na važna pitanja o bolesti i potrebnoj higijenskoj rutini, posebno među mladima i zdravima, kako bi se smanjilo njeno širenje (University of Chicago, 2020).

Na sajtu univerziteta Jejl (*Yale University*) ažuriranog 3. aprila 2020, studentima su, takođe, data detaljna obaveštenja i smernice o daljim aktivnostima u vanrednim uslovima. Preduzimaju se akcije kako bi se sprečilo i usporilo širenje bolesti. Ističe se potreba uzajamne pomoći, pažnje, razumevanja i poštovanja. Na Univerzitetu se otkazuju programi i smanjuje broj ljudi koji rade u kampusu. Nastava se realizuje preko interneta do kraja prolećnog semestra, a sva međunarodna i domaća putovanja pod pokroviteljstvom Univerziteta se obustavljaju. Obaveštenja namenjena studentima se svakodnevno ažuriraju, a studenti se pozivaju da ih redovno prate (Yale University, 2020).

Na portalu Univerziteta prezentovani su podaci da ljudi u vreme izolacija pokazuju veće interesovanje za lično usavršavanje putem elektronskih medija. Tome u prilog govori i podatak da je do 26. marta, 1,3 miliona ljudi bilo upisano na kurs putem interneta na Univerzitetu Jejl pod nazivom: Nauka o dobrobiti (*The Science of Well Being*). Profesor Lori Santos (Laurie Santos), koja predaje kurs u

kampusu, iznela je podatak da oni koji su se opredelili za ovaj internet kurs predstavljaju najbrojniju klasu studenata u 300-godišnjoj istoriji Jejla. Skoro jedna četvrtina od ukupnog broja studenata je odabrala kurs. Nagli porast novih studenata možda je posledica našeg instinkta da tražimo rešenja i načine za preuzimanje kontrole u kriznim vremenima, smatra pomenuta profesorka (BBC, 2020).

Pregledom sajtova visokoškolskih institucija, može se konstatovati da je situacija vrlo slična, kao i mere i postupci koji se od strane institucija preduzimaju. Nastava se iz učionica i amfiteatara premešta na internet portale i društvene mreže. Univerziteti svakodnevno ažuriraju sajtove i daju dodatne informacije, a studenti realizuju obaveze. Počele su i istraživačke aktivnosti timova u cilju davanja doprinosa u borbi protiv koronavirusa, a stepen međusobne saradnje i pomoći se iz dana u dan povećava među članovima zajednica. Svako na svoj način daje doprinos u borbi protiv COVID-19, a svi imaju prioritetan zadatak – očuvanje zdravlja i života kao najveće vrednosti svakog čoveka.

Korišćeni internet izvori:

- <https://www.harvard.edu/coronavirus> Posećeno: 06.04.2020.
- <https://www.thecrimson.com/article/2020/3/30/hms-scientists-collaborate/> Posećeno: 07.04.2020.
- <https://healthalerts.stanford.edu> Posećeno: 06.04.2020.
- <https://news.stanford.edu/2020/03/03/message-campus-community-covid19/> Posećeno: 06.04.2020.
- (<https://news.stanford.edu/2020/04/01/researchers-show-how-to-decontaminate-reuse-n95-masks/> Posećeno: 06.04.2020.
- <https://registrar.stanford.edu/students/leave-absence> Posećeno: 6.04.2020.
- <https://news.stanford.edu/2020/04/02/religious-life-stanford-optimism-amid-covid-19-uncertainties/> Posećeno: 06.04.2020.
- <https://www.cam.ac.uk/research/news/new-app-collects-the-sounds-of-covid-19> Posećeno: 06.04.2020.
- <https://www.topuniversities.com/universities/massachusetts-institute-technology-mit> Posećeno: 6.04. 2020.
- <https://news.berkeley.edu/2020/04/02/new-live-online-covid-19-series-connects-experts-with-public/> Posećeno: 06.04.2020.
- <https://www.princeton.edu/content/covid-19-coronavirus-information> Posećeno: 06.04.2020.
- <https://www.princeton.edu/news/2020/04/02/nsf-rapid-grant-awarded-study-how-anxiety-affects-spread-covid-19-information> Posećeno: 06.04.2020.

- <http://newsletter.admin.ox.ac.uk/q/119z7TxcW0Yk/wv> Posećeno: 06.04.2020.
- <https://www.mailman.columbia.edu/public-health-now/news/covid-19-pandemic-may-exacerbate-childhood-obesity> Posećeno: 07.04.2020.
- <https://coronavirusupdates.uchicago.edu/> Posećeno: 07.04.2020.
- <https://covid19.yale.edu/> Posećeno: 07.04.2020.
- <https://www.bbc.com/news/world-us-canada-52055242> Posećeno: 07.04.2020.



Slika 16: „Kakvu bih masku želela da imam“, april 2020. godine, devojčica, 6 godina

AKTUELNA ONLAJN ISTRAŽIVANJA U INOSTRANSTVU O PONAŠANJU LJUDI U VREME PANDEMIJE KORONAVIRUSA

Tanja Brkljač, master¹³

U nameri da se čitaocima ove monografije pruži šira slika o stanju u svetu u doba pandemije koronavirusa kada ustanove i pojedinci rade i funkcionišu u izmenjenim uslovima, suočeni s novim preprekama i izazovima, autorka je pokušala da izdvoji nekoliko istraživanja uglednih svetskih institucija na temu uticaja pandemije na ustanove, prvenstveno obrazovne, ali i pojedince, odnosno na temu iskustava i stavova pojedinaca prema samoj pandemiji, njenim efektima, ali i uslovima života i rada u ovoj konkretnoj kriznoj situaciji.

Rezultati istraživanja koje je sprovedla Američka psihijatrijska asocijacija (APA) i objavila ih 25. marta 2020. godine, pokazuju da kod gotovo polovine Amerikanaca (48%) mogućnost dobijanja koronavirusa, odnosno obolevanja od Covid-19, izaziva anksioznost, da gotovo svaki četvrti Amerikanac (40% njih) strahuje da će se ozbiljno razboleti ili umreti od koronavirusa, a da daleko više Amerikanaca (62%) strahuje da će od koronavirusa oboleti član njihove porodice. Više od trećine Amerikanaca (36%) kaže da koronavirus ozbiljno utiče na njihovo mentalno zdravlje, a većina (59% njih) smatra da koronavirus ozbiljno utiče na njihov svakodnevni život. Većina odraslih brine da će koronavirus imati značajan negativan uticaj na njihovo finansijsko stanje (57% ispitanika), a gotovo polovina brine da će ostati bez hrane, lekova i/ili zaliha. Dve trećine Amerikanaca (68%) strahuje da će koronavirus imati dugotrajan uticaj na ekonomiju.

„Stres i anksioznost koje izaziva pandemija mogu imati i imaju uticaja na fizičko i mentalno zdravlje ljudi“, izjavio je predsednik APA-e, lekar Brus Švarc. Većina Amerikanaca (68%) smatra da su informisani o koronavirusu i sprečavanju njegovog širenja. Međutim, Amerikanci su podeljeni u mišljenjima o tome da li ljudi preterano reaguju ili su preterano oprezni kad je reč o koronavirusu. Otprilike svaki četvrti odrastao Amerikanac (39% ispitanika) smatra da ljudi preterano reaguju, a otprilike isti broj ispitanika ne misli tako. Samo oko 21% ispitanika su neopredeljeni po ovom pitanju. Oko trećine odraslih zabrinuto je da neće imati pristup testovima i medicinskoj nezi ako im to zatreba. Većina ispitanika kaže da, uprkos visokom nivou anksioznosti koja se javlja kao posledica koronavirusa, još nisu osetili njen značajan uticaj na svakodnevno ponašanje. Samo 19% ispitanika izjavilo je da ima problem da zaspi, 8% konzumira više alkohola ili drugih supstanci, a 12% njih kaže da se više svađaju s partnerom ili članovima porodice (jer su zatvoreni u kući svi zajedno). Nešto veći procenat ispitanika, gotovo četvrtina (24%), kaže da imaju problema da se fokusiraju na druge stvari jer razmišljaju o koronavirusu.

¹³ E-MAIL: TANIABRKLJAC@GMAIL.COM

Ovi rezultati prikupljeni su u istraživanju koje je sprovedeno onlajn, pod pokroviteljstvom Američke psihijatrijske asocijacije, najstarije i najveće medicinske asocijacije u SAD koja je osnovana 1844. godine i broji preko 38.000 članova. Istraživanje je sprovedeno na reprezentativnom nacionalnom uzorku od 1.004 odrasla ispitanika u periodu od 18.-19. marta 2020 i objavljeno je na sajtu Američke psihijatrijske asocijacije (<https://tinyurl.com/ydxn98dr>).

Veb-sajt studenthut.com, britanski studentski sajt pokrenut 2013. godine koji je dosad objavio preko 100.000 studentskih tekstova o univerzitetima, studentskim domovima, univerzitetkim udruženjima, noćnom životu, studentskim gradovima i mnogim drugim temama važnim studentima sproveo je istraživanje na temu koronavirusa u trenutku dok se još razmatralo zatvaranje škola i univerziteta u Velikoj Britaniji, a rezultati su objavljeni 16.03.2020. Onlajn anketa je bila otvorena samo 48 sati i u njoj je 500 studenata otkrilo šta ih najviše brine, šta utiče na odluke koje donose, ali i šta ih sprečava da reaguju i budu aktivni.

Preko polovine studenata izjavilo je da su zabrinuti zbog uticaja koji će Covid-19 imati na njihovo zdravlje, ali više od toga zabrinuti su za negativni uticaj koje će pandemija imati na njihovo obrazovanje. Trećina studenata je navela da bi voleli da njihov univerzitet ponudi onlajn alternativu tradicionalnoj nastavi do septembra 2020. Takođe, 44% budućih studenata koji 2020. godine upisuju fakultet navodi da razmatra upis na ustanovu koja nudi nastavu na daljinu umesto tradicionalnih. Čak 68% studenata je izjavilo da će potpuno zatvaranje univerziteta imati negativan efekat, te se može zaključiti da se većina studenata nada onlajn tranziciji kako bi se nastavni proces što manje remetio. Zanimljiv je podatak da 70% studenata u trenutku ispunjavanja ankete izjavljuje da planira da ide na okupljanja s prijateljima uprkos strahu od koronavirusa. Preko polovine njih izjavilo je da planira da ide da odmor, a 48% ispitanika i dalje planira da poseti festivale koje su planirali da posete. Rezultati ovog ispitivanja objavljeni su na sajtu <https://studenthut.com/articles/students-poll-covid-19>.

Univerzitet VCU (Virginia Commonwealth University) iz američke države Virdžinija je, u nameri da bolje razume i odgovori na pitanja, brige i strahove svojih studenata koji su se javili sa izbijanjem epidemije koronavirusa, pustio u rad novu tehnologiju koja je osmišljena na VCU i može da u realnom vremenu prati šta studenti misle i kako se osećaju u vezi s Covid-19.

Tehnologija se zove Klimatekst (Climatext) i omogućava univerzitetu da studentima koji su se dobrovoljno javili da učestvuju u ispitivanju šalje tekstualne poruke i pita ih šta misle i kako se osećaju. Studenti odgovaraju kako god žele, moguće je čak poslati i samo emotikon. Sistem prikuplja anonimne odgovore i omogućava univerzitetu da beleži sentiment – pozitivan, neutralan ili negativan – za specifične grupe studenata, na primer, studente koji žive u kampusu ili van njega, po uzrastu, polu, rasi itd. Sličan pilot projekat realizovan je 2019. kada su studentima, na primer, postavljena pitanja kako se osećaju u vreme ispitnih rokova. Pokrenut je ponovo 3. marta 2020. godine, s ciljem

procene emocionalnih reakcija studenata VCU na kriznu situaciju izazvanu širenjem koronavirusa. Studenti su zamoljeni da odgovore na poruku: „Na osnovu svega što čujete, čitate i gledate o koronavirusu (Covid-19), kako ovo utiče na vas kao studenta VCU?“. U roku od 24 sata, na pitanje je odgovorilo 49,8% studenata. Podaci su prikupljeni i kodirani pomoću odgovarajućeg softvera. Između ostalog, došlo se do saznanja da su studenti VCU starosti 18-34 godine zabrinutiji zbog Covid-19 od starijih studenata, studentkinje su prijavile veći stepen anksioznosti od studenata, a studenti koji žive u kampusu iskazali su viši stepen zabrinutosti od onih koji stanuju van kampusa.

Nakon ovog, početnog ispitivanja, univerzitet je ponudio i savetodavnu pomoć studentima koji su bili žrtve diskriminacije vezano za Covid-19, a realizovan je i virtuelni dijalog za studente pod nazivom „Kako koronavirus utiče na mene“ i slična sesija za fakultetsko osoblje. Klimatekst trenutno broji oko 500 registrovanih studenata, a učesnicima se nude i nagrade. Svaki put kad stigne pitanje, student može da na njega odgovori i učestvuje u izvlačenju nagrada (računari, vaučeri, pa čak i stipendije na VCU) (<https://tinyurl.com/y9vv87qg>).

Dana 31.03.2020. Megan Brenan je na sajtu marketinške agencije Gallup objavila tekst o rezultatima istraživanja sprovedenog među roditeljima dece predškolskog, osnovnoškolskog i srednjoškolskog uzrasta od 24. do 29. marta 2020, u periodu kad je pandemija koronavirusa već primorala gotovo sve škole u Americi da obustave nastavu i postavila pred administraciju, prosvetne radnike i roditelje širom zemlje izazov pronalaženja načina da se učenje nastavi. Prema objavljenim rezultatima, sedam od deset roditelja dece koja trenutno ne idu u školu prijavilo je da njihovo dete učestvuje u onlajn programu učenja na daljinu koji sprovodi državna ili privatna škola koju njihovo dete pohađa. Četvrtina ovih roditelja (26%) školuju svoju decu kod kuće koristeći kurikulum koji su odabrali, 16% koristi neformalne, besplatne onlajn programe koji nemaju veze s njihovom školom, dok 6% koristi formalne, plaćene programe učenja koji nisu povezani s njihovom školom. Jedanaest procenata roditelja đaka koji trenutno ne idu u školu izjavilo je da njihovo dete ne dobija nikakvo obrazovanje.

Sedamnaest procenata ispitanih roditelja čija deca prate formalne onlajn programe učenja na daljinu dopunjuju taj program materijalima koje sami biraju, a 11% njih to radi uz besplatne onlajn programe učenja koji nisu povezani s njihovom školom. S druge strane, među roditeljima čija deca nemaju formalan onlajn program učenja na daljinu, 52% decu školuju kod kuće uz pomoć sopstvenih materijala, 25% njih koristi besplatne onlajn programe koji nisu povezani sa školom koju pohađa njihovo dete, a 35% njih ne uključuje svoje dete ni u jedan vid edukacije tokom ovog perioda.

Situacija bez presedana, u kojoj države zatvaraju škole i najavljuju da ih neće ponovo otvarati najverovatnije do kraja školske 2019/20, kod mnogih roditelja probudila je strah zbog negativnog uticaja pandemije na obrazovanje njihove dece. Prema rezultatima ove ankete, 15% roditelja je veoma zabrinuto, a 27% njih je umereno zabrinuto. Ipak, 33% njih izjavljuje da nije previše zabrinuto, dok

26% uopšte nije zabrinuto. Neke od podgrupa roditelja izražavaju veću zabrinutost od drugih – nebelci (52%) su zabrinutiji od belaca (36%), a demokrate (49%) su zabrinutije od republikanaca (31%).

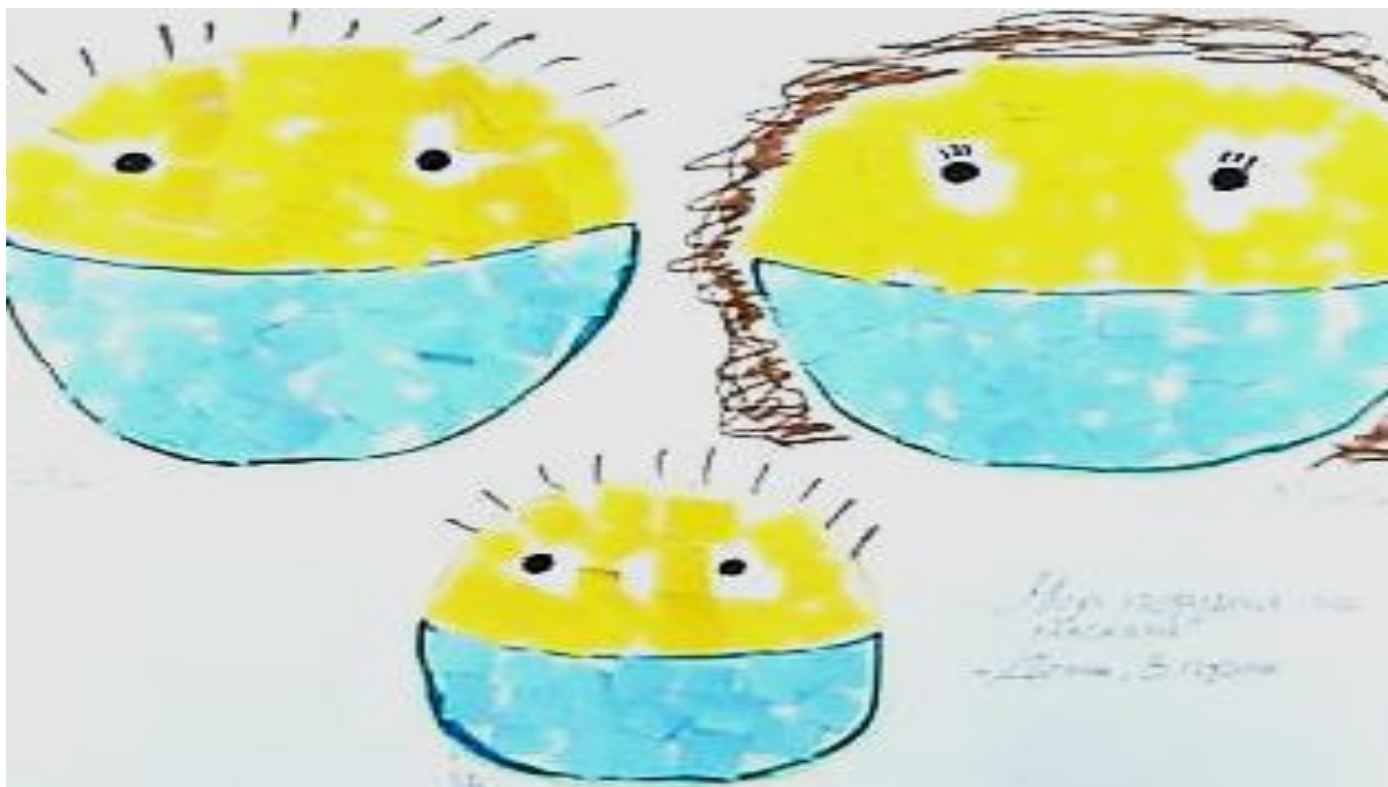
Uprkos strahu i zabrinutosti, većina roditelja nije iskazala slaganje s idejom da se školska godina produži preko leta ako škole ostanu zatvorene do kraja školske godine. Čak 48% njih smatra da bi učenici koji završe formalni program učenja na daljinu trebalo da budu upisani u sledeći razred na jesen, dok 22% smatra da bi učenici trebalo da budu upisani u sledeći razred na jesen bez obzira na to kakav su vid nastave imali u vreme pandemije, a nešto manje od trećine (27%) ispitanika smatra da bi školsku godinu trebalo produžiti i tokom letnjih meseci (<https://news.gallup.com/poll/305819/parents-worry-covid-affect-child-education.aspx>).

U istraživanju agencije Ipsos koje je obuhvatilo skoro 14.000 ljudi iz 15 država u SAD akcentat je stavljen na mentalno zdravlje ljudi, posledice samoizolacije i socijalne distance nametnute pandemijom koronavirusa. Rezultati pokazuju da je 43% ispitanika nestrpljivo da se vrate normalnom životu, 34% ispitanika zabrinuto je za svoje zdravlje, dok je 15% njih usamljeno a 12% njih oseća ljutnju zbog ograničenja sloboda. U isto vreme, više od polovine (55%) zabrinuto je za ranjive i slabe kategorije stanovništva, a samo manje od trećine njih (31%) izjavljuje da su srećni što mogu da vreme provode s porodicom. Svaki peti ispitanik (22%) izjavljuje da ga nadahnjuju načini na koje se ljudi adaptiraju na novonastalu situaciju.

Ovakva pomešana osećanja mogla bi biti odraz stepena do kog su ljudi zaista izolovani, jer, sudeći po stručnjacima, što je izolacija strožija to je i uticaj na psihu ozbiljniji. Stjuart Šankman, profesor na departmanu psihijatrije i bihejvioralnih nauka na Severozapadnom univerzitetu u Čikagu kaže da su studije pokazale da su onlajn međuljudski odnosi na mnogo načina vrlo slični odnosima uživo. „Ako ljudi održavaju kontakt s prijateljima, kolegama i članovima porodice onlajn, neće se osećati socijalno izolovanim“, rekao je profesor Šankman. Ipak, on priznaje da za ekstrovertne osobe koje su navikle na aktivniji društveni život telefonski i video-pozivi možda neće biti dovoljni, te da, bez obzira na socijalne sklonosti, svi možemo osetiti trajan uticaj budući da smo primorani da postavimo barijere s kakvima se većina nas nikad ranije nije suočila.

Greg Gviazda, potpredsednik Ipsosovog bihejvioralnog centra u SAD, rekao je da izolacija ljude navodi da žude za socijalnom interakcijom, a da nedobijanje iste može dovesti do javljanja nepoverenja i cinizma. Takođe, izjavio je da smatra da je jedna od najvažnijih posledica s kojima se ljudi nose gubitak kontrole, te da krizna situacija utiče na naš osećaj identiteta, budući da ljude tera da se zapitaju kakvi su radnici, da li mogu i dalje da daju profesionalni doprinos, mogu li pomoći i izdržavati svoju porodicu i slično. Prema ovom autoru, ovakvo razmišljanje budi u ljudima s jedne strane potrebu da tragaju za načinima da izbegnu negativne efekte i zaštite ono što imaju, a s druge potrebu

da svoj život obogate i u njih dodaju nešto novo. Izazov leži u pronalaženju ravnoteže u načinu razmišljanja, posebno nakon izlaska iz izolacije, sudeći prema rečima stručnjaka, koji tvrde da će biti teško dozvoliti sebi više ovakvih drugih trenutaka, kada težimo novom. Stručnjaci se, s tim u vezi, pitaju hoćemo li dozvoliti deci da se opet igraju s prijateljima na malom prostoru, hoćemo li se opet rukovati sa svima i slično. Jednom rečju, hoćemo li moći da prevaziđemo novostečene navike i asocijacije koje smo razvili tokom perioda izolacije. Može se očekivati da će ljudi oklevati prilikom odlaska na put, posebno avionom, a nesigurnost da li je bezbedno nešto uraditi može dovesti do anksioznosti.



Slika 17: „Moja porodica pod maskama“, april 2020. godine, dečak, 3 godine

Stručnjaci navode da nema ispravnog ili pogrešnog načina ponašanja u samoizolaciji, te da jedna od najpogodnijih stvari koje za sebe možemo uraditi jeste da osmislimo i pridržavamo se dnevne rutine koja omogućava interakciju kako socijalna izolacija ne bi postala navika. Uz to, stručnjaci savetuju da nova rutina bude slična onoj koju ste imali pre izolacije u meri u kojoj je to moguće (<https://www.ipsos.com/en/coronavirus-pandemic-what-are-psychological-effects-self-isolation>).

Britanski veb-sajt bbc.com objavio je 2.04.2020. godine članak Dejvida Robsona, naučnika i pisca o tome kako strah od koronavirusa menja našu psihologiju u kom on navodi da situacija u kojoj gotovo sve novine na naslovnoj strani donose vesti o pandemiji, radio i TV programi neprestano objavljuju broj zaraženih i umrlih, a društvene mreže su prepune zastrašujućih statističkih podataka, praktičnih saveta i, u nekim slučajevima, crnog humora, može imati za posledicu pojačanu anksioznost, što neposredno utiče na mentalno zdravlje. Autor navodi da neprekidan osećaj pretnje može imati i

druge, suptilnije efekte na našu psihologiju. Zbog određenih, duboko usađenih reakcija čoveka na bolest, strah od zaraze pojačava sklonost ka konformizmu i tribalizmu, i teže prihvatanje ekscentričnog. Naše moralne ocene postaju strožije, a naši socijalni stavovi konzervativniji kada prosuđujemo pitanja kakva su imigracija, seksualne slobode i jednakost, tvrdi autor teksta i dodaje da svakodnevna podsećanja na bolest mogu izmeniti čak i naša politička uverenja (<https://tinyurl.com/rtpfnbs>).



Slika 18: „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april 2020. godine, dečak, 6,5 godina

U nameri da prikupi i prikaže iskustva studenata i polaznika obuka širom Evrope u situaciji pandemije koronavirusa i njenog uticaja na mobilnost studenata, Erasmus studentska mreža (ESN – Erasmus Student Network) objavila je izveštaj o istraživanju sprovedenom na ovu temu. Ispitano je preko 20.000 studenata, a cilj ovog izveštaja je da se pomogne kreatorima politika da odgovore na najveće izazove s kojima se suočavaju studenti na razmeni u inostranstvu.

Anketa je bila otvorena od 19. do 30. marta 2020, a ciljna grupa istraživača bili su studenti koji su se ili našli u inostranstvu u proleće 2020, ili je trebalo da budu na razmeni ali su njihove studije prekinute. Anketu su popunili studenti 125 različitih nacionalnosti, od čega su 81,2% ispitanika činili studenti iz zemalja članica Evropske unije, a 18,8% studenti iz zemalja van EU, od kojih su najveće grupe činili studenti iz Turske, Srbije, Norveške, Ujedinjenog Kraljevstva, Brazila, Meksika, Rusije, Ukrajine i SAD. Ispitanici su bili na programima razmene u preko 90 zemalja, a najviše ih je bilo u Španiji (3.978 ispitanika), Italiji (2.091 ispitanik), Nemačkoj (2.309 ispitanika) i Portugalu (2.433 ispitanika).

Anketa se sastojala u najvećoj meri od pitanja zatvorenog tipa i korišćene su skale procene da bi se omogućila analiza uticaja različitih aktivnosti i intervencija tokom pandemije. Anketa je sadržala i pitanja otvorenog tipa kako bi se studentima pružio prostor da detaljnije odgovore na ključna pitanja. Svi odgovori prikupljeni su onlajn.

Neka od ključnih saznanja iz ovog izveštaja su sledeća:

- Za gotovo dve trećine studenata period mobilnosti je nastavljen. Četvrtina programa je otkazana, dok je 5% studenata prijavilo da ne zna šta će se desiti,
- Broj studenata koji su ostali na destinaciji razmene se postepeno smanjivao tokom vremena trajanja ankete, a na početku je 41,8% studenata izjavilo da su odlučili da ostanu na destinaciji razmene, 40% njih odlučilo je da se vrati kući, dok je 5,2% njih bilo neodlučno u trenutku popunjavanja ankete, a 3,6% je navelo da su sprečeni da se vrate kući,
- 37,5% studenata susrelo se sa barem jednim velikim problemom vezano za program razmene. Najčešći problem vezuje se za ukidanje transportnih linija i nemogućnost povratka kući, što je za sobom povuklo probleme sa smeštajem i probleme sa pristupom osnovnim potrepštinama kao što su hrana i proizvodi za higijenu,
- 24% italijanskih studenata i 19% azijskih državljana doživelo je diskriminaciju na nacionalnoj osnovi,
- 7% studenata prijavilo je da neće dobiti nikakvu stipendiju za studiranje, 24% izjavilo je da će zadržati stipendiju, delimično ili u celosti. Većina učesnika u anketi navodi da ne zna šta će biti s njihovim stipendijama,
- Od 17.125 studenata koji su odgovorili na pitanje kako pandemija utiče na njihov raspored, samo 5% njih reklo je da se nastava nesmetano nastavila. 9% studenata prijavilo je da su

časovi otkazani/odloženi bez ponuđene onlajn alternative. Velika većina ipak jeste prešla na neku vrstu onlajn nastave: 51% njih imalo je mogućnost da prati kompletnu nastavu onlajn, a 34% ima delimičnu onlajn nastavu ili je nastava delimično odložena,

- Tri četvrtine studenata čiji su programi mobilnosti otkazani dobilo je podršku od svojih matičnih univerziteta. Najčešći vid bila je podrška u vidu izmena u rasporedu kurseva i akademskog programa (<https://esn.org/covidimpact-report>).

Svakako, istraživanja na ove i mnoge druge teme vezane za uticaj pandemije na ekonomiju, društvo i sve aspekte svakodnevnog života pojedinaca tek će biti sprovedena, a sva ova pitanja i pojave detaljnije analizirani. Na primer, odeljenje psihijatrije i eksperimentalne psihologije Oksfordskog univerziteta pokrenulo je 30. marta 2020. godine istraživanje pod nazivom Co-SPACE (COVID-19 Supporting Parents, Adolescents, and Children in Epidemics) s ciljem da se prati mentalno zdravlje dece i mladih tokom krize izazvane pandemijom koronavirusa. Navodeći da Covid-19 predstavlja situaciju koja se velikom brzinom menja i u kojoj se s vremenom javljaju različiti pritisci poput promena u društvenom životu dece i mladih, svakodnevne rutine i pristupa obrazovanju, uz izazove koje nosi situacija u kojoj članovi porodica provode duže periode vremena kod kuće, autori izražavaju bojazan da se trenutno zna vrlo malo o tome šta bi moglo biti najefikasnije u trenutnom kontekstu Covid-19. Stoga planiraju da u istraživanje uključe preko 10.000 roditelja i staratelja iz svih delova Ujedinjenog Kraljevstva koji će popunjavati onlajn anketu a na osnovu čijih će se odgovora bolje razumeti kako se porodice nose s kriznom situacijom i koji bi vidovi podrške u ovom trenutku najviše koristili deci, mladima i njihovim porodicama. Rezultati ankete pomoći će, nadaju se autori, da se identifikuje šta štiti decu i mlade od negativnih uticaja na mentalno zdravlje, dugoročno gledano, ali i u konkretnim stresnim situacijama, te kako ovo može varirati u odnosu na karakteristike deteta i porodice. Još jedan cilj ovog istraživanja biće identifikacija saveta, vidova podrške i pomoći koje roditelji i staratelji smatraju najkorisnijim. Roditelji/staratelji biće pozvani da mesec dana popunjavaju onlajn longitudinalni upitnik jednom nedeljno, potom mesec dana svake dve nedelje i potom jednom mesečno do ponovnog otvaranja škola. Pitanja će se odnositi na porodični život i odnose, sveukupno zdravlje i dobrostanje, roditeljstvo, psihološke simptome i na to kako oni i njihova deca podnose pandemiju Covid-19. Redovni prikazi ključnih rezultata biće dostupni na sajtu istraživačke mreže UKRI (www.emergingminds.org.uk) tokom celog trajanja studije i prosleđivani partnerskim organizacijama u oblasti zdravstva i obrazovanja, kao i sektoru lokalnih zajednica i volonterskih udruženja (<http://www.ox.ac.uk/news/2020-03-30-covid-19s-impact-youth-mental-health-focus-new-research>). Univerzitet Oksford je sigurno tek jedna od mnogih uglednih svetskih ustanova koje će se temom pandemije koronavirusa baviti u narednom periodu, te će i šira slika o uticajima pandemije na svakodnevni život i ponašanje ljudi biti jasnija u mesecima koji su pred nama.

Korišćeni internet izvori:

- New Poll: COVID-19 Impacting Mental Well-Being: Americans Feeling Anxious, Especially for Loved Ones; Older Adults are Less Anxious (2020). Preuzeto 1.04.2020. sa: <https://www.psychiatry.org/newsroom/news-releases/new-poll-covid-19-impacting-mental-well-being-americans-feeling-anxious-especially-for-loved-ones-older-adults-are-less-anxious>.
- Davidson, E. (2020). What are Students Saying? An opinion poll on how students feel about COVID-19. Preuzeto 3.04.2020. sa: <https://studenthut.com/articles/students-poll-covid-19>.
- McNeill, B. (2020). How are VCU students feeling about COVID-19? A new system is helping VCU find out, and respond to their concerns. Preuzeto 3.04.2020. sa: https://news.vcu.edu/article/How_are_VCU_students_feeling_about_COVID19_A_new_system_is_helping.
- Brenan, M. (2020). 42% of Parents Worry COVID-19 Will Affect Child's Education. Preuzeto 4.04.2020. sa: <https://news.gallup.com/poll/305819/parents-worry-covid-affect-child-education.aspx>.
- Naidu-Ghelani, R. (2020). Coronavirus pandemic: What are the psychological effects of self-isolation?. Preuzeto 4.04.2020. sa: <https://www.ipsos.com/en/coronavirus-pandemic-what-are-psychological-effects-self-isolation>.
- Robson, D. (2020). The fear of coronavirus is changing our psychology. Preuzeto 4.04.2020. sa: <https://www.bbc.com/future/article/20200401-covid-19-how-fear-of-coronavirus-is-changing-our-psychology>.
- COVID-19's impact on youth mental health the focus of new research. (2020). Preuzeto 8.04.2020. sa: <http://www.ox.ac.uk/news/2020-03-30-covid-19s-impact-youth-mental-health-focus-new-research>.
- Gabriels, W., Benke-Åberg, R. (2020). Student Exchanges in Times of Crisis, Research report on the impact of COVID-19 on student exchanges in Europe. Preuzeto 10.04.2020. sa: <https://esn.org/covidimpact-report>.

AKTUELNA ONLAJN ISTRAŽIVANJA U SRBIJI O PONAŠANJU LJUDI U PANDEMIJI IZAZVANOJ COVID-19

Ana Vukobrat, master¹⁴

Činjenica je da je pandemija Covid-19 zaokupirala svu pažnju javnosti. Svet nauke kontinuirano istražuje i proučava u najvećoj meri metode zaštite i metode lečenja novonastalog virusa. Medicina svoje resurse koristi i usmerava ka istraživanju proučavanja manifestovanja virusa na ljudski organizam. S druge strane, društvene nauke svoj doprinos daju u najvećoj meri kroz težnju i napor da svoj istraživačko-naučni rad prilagode aktuelnoj novonastaloj situaciji. Prateći dominantan način života ljudi u uslovima socijalnog distanciranja i kućne izolacije, mnogi naučnici i istraživači iz društvenih nauka svoja istraživanja realizuju u cilju prikupljanja podataka o konkretnom načinu ponašanja ljudi tokom pandemije Covid-19, ali i u cilju prikupljanja podataka o osećanjima koja preovlađuju u vanrednoj i kriznoj situaciji. Zbog situacije kućne izolacije, obustave posla i ograničenih ljudskih kontakata, gotovo sva istraživanja o psihološkim i emocionalnim reakcijama na izolaciju zbog pandemije Covid-19 realizuju se onlajn. Iz navedenog razloga, u sledećem delu teksta prikazaće se devet trenutno aktuelnih onlajn istraživanja u našoj zemlji sa prilogom veb-adresa u popisu elektronskih izvora na kojima su objašnjena istraživanja i objavljeni rezultati.

Prvu istraživačku onlajn studiju koju ćemo detaljno objasniti iz oblasti društvenih nauka, a koja se realizuje u Republici Srbiji povodom vanrednog stanja uvedenog zbog pandemije Covid-19, jeste istraživanje o psihološkim reakcijama na izolaciju usled pandemije koronavirusa koje sprovodi Istraživački tim Centra za bihevioralnu genetiku sa Filozofskog fakulteta iz Novog Sada¹⁵.

Dakle, istraživanje sprovode psiholozi-istraživači zaposleni na Odseku za psihologiju, Filozofskog fakulteta, Univerziteta u Novom Sadu koji su članovi istraživačkog tima Centra za bihevioralnu genetiku.

Kao članovi istraživačkog tima Centra za bihevioralnu genetiku navode se sledeći psiholozi-istraživači: prof. dr Snežana Smederevac, prof. dr Jasmina Kodžopeljić, doc. dr Dejan Pajić, prof. dr Bojana Dinić, prof. dr Dušanka Mitrović, dr Željka Nikolašević, Ilija Milovanović, Milan Oljača, Selka Sadiković i Bojan Branovački (*Članovi Centra za bihevioralnu genetiku, Filozofski fakultet, Univerzitet u Novom Sadu, n.d.*).

¹⁴ E-mail: manuska89@gmail.com

¹⁵ Centar za bihevioralnu genetiku (CBG) trenutno predstavlja jedini centar u Srbiji koji se bavi naučno-istraživačkim radom u oblasti bihevioralne genetike. CBG je osnovan 2013. godine na Filozofskom fakultetu Univerziteta u Novom Sadu. Tim CBG-a čine nastavnici i saradnici Odseka za psihologiju Filozofskog fakulteta i Medicinskog fakulteta Univerziteta u Novom Sadu, tj. doktori psiholoških i medicinskih nauka sa dugogodišnjim iskustvom u praksi i naučno-istraživačkom radu. Pored njih, u timu su i studenti različitih nivoa studija koji imaju priliku da kroz volontiranje u CBG-u steknu korisna znanja i dragoceno iskustvo u saradnji sa iskusnijim kolegama (*Centar za bihevioralnu genetiku, Filozofski fakultet, Univerzitet u Novom Sadu, n.d.*).

Osnovni cilj pomenutog istraživanja je ispitivanje svakodnevnih navika i ponašanja tokom pandemije novog koronavirusa, Covid-19. Upitnici koje ispitanici popunjavaju su namenjeni isključivo punoletnim pripadnicima opšte populacije. Prema navodima istraživača, učešće u ovom istraživanju podrazumeva dve faze:

- U prvoj fazi ispitanici bi trebalo da odgovore na pitanja koja se odnose na njihova uobičajena ponašanja i osećanja;
- U drugoj fazi bi ispitanici trebalo da svaki dan tokom vanredne situacije u zemlji odgovore na nekoliko pitanja u vezi s njihovim dnevnim navikama i osećanjima. Dakle, ovo ispitivanje je svakodnevno (*Istraživanje Centra za bihejvioralnu genetiku, Filozofski fakultet, Univerzitet u Novom Sadu, n.d.*).

U skladu sa novonastalom vanrednom situacijom u svetu ali i u našoj zemlji, istraživanje se, kao što je već napomenuto, realizuje onlajn svakog dana, čime se prate promene u psihološkim reakcijama ispitanika iz dana u dan. Dakle, pomenuto istraživanje podrazumeva da svakoga dana ispitanici odgovore na nekoliko pitanja o njihovim osećanjima i reakcijama na zdravstvenu pretnju i izolaciju. U skladu sa tim, istraživački tim psihologa iz Centra za bihejvioralnu genetiku svakog dana iznosi nove, ažurirane podatke o rezultatima istraživanja.

U sledećem delu teksta će se prikazati preliminarni rezultati do kojih je došao istraživački tim psihologa iz Centra za bihejvioralnu genetiku. Kako istraživački tim svaki dan objavljuje rezultate istraživanja, odlučili smo se da za potrebe pisanja ovog rada rezultate prikažemo hronološki, od 23. marta 2020. do 12. aprila 2020. godine.

Prvog dana u istraživanju, 22. marta 2020. godine, uključilo se 508 ispitanika. Istraživači navode da su preliminarni rezultati veoma ohrabrujući. U navedenom uzorku ukupno 66,5% ljudi je izjavilo da se ne dosađuje, a samo 5,7% ljudi je tokom jučerašnjeg dana bilo ljuto ili iznervirano. Čak 64,4% ispitanika je svoju komunikaciju sa ukućanima ocenilo kao prilično ili veoma dobru (*Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom, 2020*).

Na dan 23. marta 2020. godine na uzorku od 568 ispitanika nastavljeno je ispitivanje različitih ponašanja u vezi sa izolacijom zbog pandemije koronavirusa. Prvi rezultati prema navodima istraživača pokazuju da se većina ljudi veoma dobro organizovala i da pokušava da prilagodi svoje navike novonastaloj situaciji. Rezultati pokazuju da veliki broj ljudi poštuje izolaciju, dok 8,8% navodi da nije u izolaciji. Većina ljudi izlazi iz kuće samo zbog nabavke. Zdravlje ispitanika je za sada veoma dobro, budući da 96,3% izveštava da im je trenutno zdravlje odlično. Higijenske navike u vezi s pranjem ruku su veoma izražene – 92,1% ispitanika pere ruke čim uđe u kuću. Većina ljudi (89,9%) redovno prati vesti o koronavirusu. Veliki broj ljudi je uspeo da organizuje svoju dnevnu rutinu tokom

izolacije (68,3%). Ipak, 29,6% ljudi se verovatno nešto teže organizuje u novim okolnostima. Samo oko 20% ispitanika ima velike zalihe hrane i sredstava za higijenu, dok preko 79% ispitanika izveštava da nema zalihe. Ohrabrujući je podatak da veliki broj ispitanika tokom izolacije koristi vreme da čita svoje omiljene pisce, gleda filmove, radi fizičke vežbe ili obavlja neke druge aktivnosti koje im prijaju. Budući da veliki broj ispitanika pripada studentskoj populaciji, fakulteti aktivno rade na omogućavanju održanja svih predviđenih aktivnosti od kuće. Takođe, mnogi ljudi obavljaju posao od kuće. Čak 60,6% ispitanika je i dalje veoma aktivno. Ipak, 32,4% ne uspeva da organizuje svoj rad u kući, što sigurno utiče na njihovo strukturiranje vremena (*Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom*, 2020).

24. marta 2020. godine uzorak se povećao na 577 ispitanika. Nastavilo se sa ispitivanjem različitih emocionalnih reakcija na izolaciju zbog pandemije koronavirusa. Rezultati su pokazali da se veliki broj ljudi oseća sigurno, da ne reaguju panikom i da se trude da održe kvalitetnu komunikaciju s bliskim osobama. Na pitanje koliko su okupirani mislima o koronavirusu, većina ispitanika (72,6%) ispoljava uobičajene reakcije u situaciji u kojoj postoji nevidljiva pretnja. Manji procenat ljudi ispoljava ili ekstremnu preokupiranost mislima o koronavirusu (11,8%) ili ekstremnu neokupiranost ovim mislima (15,6%). Strah od zaraze koronavirusom kod ispitanika nije previše izražen, budući da 63,6% ljudi izveštava da se uopšte ili uglavnom ne plaši. Kod 13,2% ispitanika strah je uglavnom ili veoma izražen. Ljudi više brinu za svoje bližnje nego za sebe. Čak 40,9% ljudi prilično ili veoma brine za svoje bližnje. Strah da će trenutna situacija dovesti do ekonomskog kraha ili nestašica je još jedan strah uzrokovan situacijom nad kojom ljudi nemaju kontrolu. Kod 35,7% ispitanika ovaj strah je prilično ili veoma izražen, a kod 35,1% pomalo ili uopšte nije izražen. Veliki broj ispitanika je uspeo uspešno da organizuje svoje vreme tokom izolacije i nije im dosadno (66,7%). Samo 6,1% ljudi se veoma dosađuje. U vanrednoj situaciji, kada je reč o društvenom aspektu života, čak 43,6% ljudi doživljava da im nedostaju prijatelji, a 34,5% da im skoro uopšte ili uopšte ne nedostaju. Posao, studiranje i odlazak u školu je onemogućen velikom broju ljudi, ali za sada je veoma mali broj onih kojima takva vrsta obaveza nedostaje. Čak 44,7% ispitanika se za sada odmara od svakodnevnih obaveza, dok 34,1% doživljava da im one nedostaju. Naravno, postoji mogućnost da među onima kojima obaveze ne nedostaju ima mnogo ispitanika koji i dalje odlaze na posao. Medicinski radnici, prodavci i mnogi drugi suočavaju se trenutno s velikim izazovima. Ogromna većina ispitanika ne dolazi u situaciju da bude ljuto, iznervirano ili agresivno i to je rezultat koji pruža ohrabrujuću poruku. Samo 3,5% ispitanika je bilo u situaciji da se veoma iznervira. Čak 73% ispitanika nije uopšte ili skoro uopšte imalo negativne emocije. Najvažnije u ovoj kriznoj situaciji, kada su ukućani usmereni jedni na druge više nego što je uobičajeno, je da se održi kvalitet komunikacije. Ispitanici su u tome više nego uspešni. U tom kontekstu, čak 66,7% ispitanika ima prilično ili veoma dobar kvalitet komunikacije s

ukućanima. Međutim, nemoguće je da uvek sve bude idealno, pa je trenutno kod 3,3% ispitanika komunikacija nezadovoljavajuća. Društvene mreže omogućavaju stalan kontakt s drugim ljudima, bez obzira na međusobnu udaljenost. Stoga ispitanici održavaju socijalne kontakte, uprkos izolaciji i 72,5% ljudi je prilično ili veoma zadovoljno komunikacijom s prijateljima preko društvenih mreža (*Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom, 2020*).

25. marta 2020. godine 904 ispitanika uzelo je učešće u istraživanju koje prati reakcije na izolaciju zbog pandemije koronavirusa. Prikaz rezultata na ovaj dan usmeren je na predstavljanje osnovnih sociodemografskih karakteristika uzorka. Skoro tri četvrtine uzorka (74%) predstavljaju ženski ispitanici. S obzirom da značajan procenat uzorka predstavlja studentska populacija, nije začuđujuće da blizu 60% uzorka ima 25 ili manje godina, dok 21,4% uzorka čine ispitanici stariji od 40 godina. Osim ispitanika koji trenutno studiraju (35,1%), najveći broj ispitanika ima srednjoškolsko (22,7%) ili visoko obrazovanje (34,1%). Najveći broj ispitanika tokom pandemije boravi u gradu – 66,6% (*Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom, 2020*).

Sledeći presek rezultata onlajn istraživanja objavljen je 2. aprila 2020. godine. Rezultati istraživanja pokazuju da ispitanicima generalno nije dosadno i da dobro strukturiraju svoju dnevnu i nedeljnu rutinu, čak i u uslovima vanrednog stanja. Najmlađoj populaciji (od 18 do 25 godina) najviše nedostaje druženje, ali i struktura obaveza koje inače imaju (odlazak na fakultet, posao, praksa). Rezultati istraživanja emocionalnih reakcija i ponašanja ljudi u vreme vanrednog stanja uzrokovanog pandemijom Covid-19 pokazuju da se ispitanici umereno plaše za svoje zdravlje, zdravlje svojih bližnjih i mogućnosti da nastupi ekonomska kriza nakon pandemije. Izgleda da ne postoji značajna razlika između muškaraca i žena u tome koliko se plaše za sebe i svoje okruženje. Ipak, čini se da je strah za zdravlje sebe i bližnjih izraženiji kod žena, dok je strah od ekonomske krize nešto izraženiji kod muškaraca (*Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom, 2020*).

4. aprila 2020. godine istraživači su prikazali ohrabrujući podatak koji se odnosi na to da su ispitanici generalno zadovoljni kvalitetom komunikacije sa svojim ukućanima, kao i komunikacijom sa porodicom, prijateljima, kolegama i poznanicima preko društvenih mreža. Najzadovoljniji kvalitetom komunikacije sa ukućanima su ispitanici od 40 do 60 godina, dok su komunikacijom preko društvenih mreža najzadovoljniji oni od 26 do 40 godina (*Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom, 2020*).

Na dan 6. aprila 2020. godine, u istraživanju emocionalnih reakcija na pandemiju uzrokovanu Covidom-19, ispitanici su se izjašnjavali o svojim navikama pre početka karantina, i u toku proteklih

nedelja od uvođenja vanrednog stanja. Istraživači ukazuju da rezultati pokazuju da pojedinci koji konzumiraju cigarete ili lekove za smirenje nisu promenili svoje navike u uslovima izolacije. Ipak, ohrabruje podatak da 56.9% ispitanika koji konzumiraju alkohol se izjašnjava da u periodu izolacije pije manje nego ranije (*Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom, 2020*).

Rezultati istraživanja 8. aprila 2020. godine odnose se na prikazivanje rezultata o ajtemu koji se odnosi na poverenje ispitanika u tačnost informacija koje dobijaju o virusu Covid-19. Rezultati istraživanja pokazuju da u poslednjih mesec dana poverenje u tačnost informacija koje se objavljuju od strane nadležnih institucija varira kod ispitanika: 25,9% ispitanika nema ili ima malo poverenja u informacije koje dobija, 30,9% nije sigurno u tačnost tih informacija, dok 43,2% u velikoj meri ima poverenja u tačnost informacija koje dobijaju od strane nadležnih organa (*Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom, 2020*).

Poslednji uvid u prikaz rezultata onlajn istraživanja za potrebe pisanja našeg rada izvršen je 12. aprila 2020. godine i on se odnosi prvo na prikaz psihološkog stanja ispitanika. Rezultati istraživanja u proteklih nekoliko nedelja pokazuju da je 7,3% ispitanika do sada tražilo stručnu psihološku pomoć. Drugi istaknut podatak se odnosi na ohrabrujući rezultat da se 80,4% ispitanika u najvećoj meri pridržava preporuka o nošenju zaštitne opreme u javnosti i izbegavanja bliskog kontakta sa ljudima (*Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom, 2020*).

Drugo aktuelno onlajn istraživanje koje ćemo spomenuti, a koje se realizuje na našim prostorima, je istraživanje psihologa prof. dr Bojane Dinić i doc. dr Bojane Bodroža takođe sa Odseka za psihologiju Filozofskog fakulteta u Novom Sadu. Cilj njihovog onlajn istraživanja je sličan kao i kod prethodno opisanog onlajn istraživanja – ispitivanje ponašanja, razmišljanja i osećanja ljudi tokom pandemije koronavirusa. Navodeći da ljudi mogu imati različita osećanja i razmišljanja u vezi s nastalim stanjem i da se mogu ponašati na različite načine, istraživači žele da utvrde od čega zavisi ponašanje ljudi u toku pandemije, kako se odvija prilagođavanje ljudi na novonastalo stanje i kakva je spremnost ispitanika da u takvim situacijama pomognu drugima. Svrha njihovog psihološkog istraživanja jeste u razumevanju načina reagovanja ljudi u kriznim situacijama i u spoznaji od čega zavisi njihova spremnost na pomaganje drugima. Istraživači ističu da će učešćem u istraživanju ispitanici omogućiti naučnicima da izvedu važne zaključke o ljudskom ponašanju u kriznim situacijama i da doprinesu prikazu preporuka koje se odnose na zaštitu pojedinaca. Nadalje, istraživači navode činjenicu da će vanredno stanje trajati neko vreme i u tom kontekstu njihovo istraživanje će se sprovesti u više faza i trajaće duži vremenski period (Dinić i Bodroža, n.d.). Iz navedenog razloga da će onlajn istraživanje

trajati duži vremenski period, u ovom opisu istraživanja izostaće opis i prikaz rezultata jer se isti očekuju tek u budućnosti.



Slika 19: „Maske“, april 2020. godine, devojčica, 5 godina

Treće onlajn istraživanje koje ćemo objasniti sprovedla je jedna od vodećih kompanija za tržišno savetovanje i istraživanje javnog mnjenja u jugoistočnoj Evropi – Valicon¹⁶. Doprinos njihovog istraživanja ogleda se u komparaciji rezultata istraživanja među ispitanicima iz Srbije, Bosne i Hercegovine, Slovenije i Hrvatske tokom epidemiološke situacije, te stoga možemo zaključiti da je pomenuto istraživanje rezultat međunarodne saradnje naše zemlje sa pomenutim zemljama u kriznoj vanrednoj situaciji izazvanoj Covid-19.

Istraživanje Valicon-a je sprovedeno na nacionalno reprezentativnom uzorku ispitanika iz Valicon online panela „Ja Znam“. Ispitanici su reprezentativni za opštu populaciju Republike Srbije i drugih zemalja regiona, uzrasta od 18 do 75 godina, po polu, starosti, edukaciji i regionu. Period anketiranja u navedenom istraživanju trajao je od 24. do 29. marta 2020. godine, gde je veličina uzorka: $n = 450 - 850$ po državi.

Rezultati njihovog istraživanja o tome kako i na koji način ispitanici doživljavaju trenutnu situaciju izazvanu koronavirusom ogledaju se u sledećem (*Građani Srbije u najmanjoj meri zabrinuti za gubitak radnog mesta, 2020*):

¹⁶ Valicon je kompanija koja nudi usluge marketing savetovanja i ima dugogodišnje iskustvo u marketing istraživanjima (*Valicon, n.d.*).

- Skoro 90% građana Srbije zabrinuto je u vezi s epidemijom, dok 73% njih mere koje Vlada Republike Srbije donosi s ciljem sprečavanja daljeg širenja koronavirusa smatra primerenim situaciji;
- Čak 86% ispitanika izjavilo je da u najvećoj meri brine za članove svoje porodice, dok se na drugom mestu nalazi briga za lično zdravlje sa čime se saglasilo 46% ispitanika;
- Za ekonomske posledice zabrinuto je 43% ispitanika u Bosni i Hercegovini, 46% u Sloveniji i 49% u Hrvatskoj, što u poređenju sa 30% u Srbiji predstavlja najniži stepen zabrinutosti u regionu;
- Što se zabrinutosti za radno mesto tiče, procenti su najniži i iznose 11% u Srbiji, 12% u Bosni i Hercegovini i Hrvatskoj, a u Sloveniji 10%;
- S druge strane, građani u Srbiji i regionu u velikoj meri očekuju pogoršanje u pogledu ličnih finansija. Na pitanje „Kakvo je Vaše opšte finansijsko stanje, u poređenju sa periodom od pre pola godine?“ 70% ispitanika iz Srbije odgovorilo je da ili očekuje pogoršanje ili je situacija u finansijskom pogledu već lošija, u BiH je taj procenat 77%, u Hrvatskoj 72%, dok je u Sloveniji najniži i iznosi 67%;
- Svega 53% ispitanika u Srbiji i 56% u Sloveniji smatra da situacija u pogledu širenja koronavirusa ide ka boljem ili mnogo boljem, stepen optimizma u Hrvatskoj najviši je u regionu i iznosi 67%, dok su ispitanici u BiH nešto pesimističniji u ovom pogledu, te 56% smatra da situacija ide ka lošijem ili mnogo lošijem;
- Sa podacima iznad korelira i odgovor na pitanje kako građani lično doživljavaju i opisuju trenutnu situaciju u novonastalim okolnostima. Naime, najveći broj ispitanika u Srbiji (36%), pa i regionu, izjasnilo se da je u najmanju ruku doživljavaju kao neugodnu ili umarajuću. S druge strane, čak 47% ispitanika u Srbiji percipira trenutnu situaciju kao podnošljivu ili normalnu s obzirom na okolnosti, pri čemu je i među građanima regiona registrovan sličan doživljaj trenutne situacije. Iz navedenih prikaza izvedeni su zaključci da su Srbija i Slovenija umereno optimistične, dok je Hrvatska najoptimističnija. BiH je u ovom slučaju umereno pesimistična po pitanju trenutne pandemije;
- Čak 60% ispitanika u Srbiji izjavilo je da u ovom trenutku nije promenilo potrošačke navike, a 28% njih smatra da ih neće ni promeniti. S druge strane, 32% ispitanika smatra da će u nastupajućem periodu doći do smanjenja lične potrošnje. Drugih 39% ispitanika ipak ocenjuje da je epidemija uticala na količinu potrošnje, te 10% ispitanika troši više nego ranije, a 29% troši manje u odnosu na pređašnji period;

- Rezultati istraživanja u regionu pesimističniji su u odnosu na podatke u Srbiji – 77% ispitanika u Sloveniji, 79% u Hrvatskoj i 69% u BiH smatra da će trošiti manje ili već sada troši manje u odnosu na period pre pojave koronavirusa. Na osnovu iznetih podataka Srbija je optimističnija od zemalja u regionu u pogledu promena u potrošnji;
- Projekcija trajanja epidemije: Ispitanici u regionu donekle su usaglašeni u pogledu predviđanja trajanja epidemije koronavirusa. Iako na ovo pitanje niko nema odgovor, stanovnici Srbije procenjuju da će mere socijalne distance, zabrane kretanja, zatvorenih škola i ostalo trajati oko 2,7 meseci, u Hrvatskoj 2,8 meseci, Bosni i Hercegovini 2,9 meseci, dok ispitanici u Sloveniji ocenjuju da će kraj epidemije biti proglašen u roku od 2 meseca.

Četvrto onlajn istraživanje o životu u doba pandemije realizovao je Centar za slobodne izbore i demokratiju¹⁷ (u daljem tekstu CeSid). CeSID je pitao građane kako se osećaju za vreme pandemije, čime se bave, šta im nedostaje, a istraživanje je sprovedeno na teritoriji čitave zemlje. Istraživanje je realizovano s ciljem da se bolje razume život građana u vanrednom stanju na reprezentativnom uzorku od 745 punoletnih građana Srbije koji su pitani kako se osećaju za vreme pandemije, šta im nedostaje, kako i na koji način se informišu, da li su zadovoljni komunikacijom državnih organa, te kako ocenjuju mere Vlade u borbi protiv Covid-19 i da li poštuju izrečene mere. Uopšteno, istraživanje je pokazalo da su 59% građana optimisti u vezi sa daljim očekivanjima od države u borbi sa Covid-19. Kao i sva prethodno opisana istraživanja, i ovo istraživanje je sprovedeno onlajn u periodu od 26. do 29. marta 2020. godine.

Rezultati njihovog istraživanja ukazuju na sledeće podatke (*CESID: Rezultati istraživanja Život u doba pandemije, 2020*): Rezultati istraživanja su pokazali da većina građana smatra da su dobro informisani o Covid-19, i to čak njih 69%. Informacije o Covid-19 se najčešće dobijaju putem TV-a, i to kod 61% ispitanika i onlajn portala 19%. Takođe, 48% građana je zadovoljno komunikacijom državnih organa, a oni koji su nezadovoljni navode kao prvi razlog da očekuju da struka ima važnu ulogu, i to čak njih 31%. Usvojenim merama Vlade Srbije je delimično zadovoljno 52% građana, a potpuno 26%. Zaštitne maske stalno ili često nosi 76% građana, a rukavice često ili stalno nosi 67% građana. Od ukupnog broja ispitanika, čak 69% njih je zadovoljno radom epidemiologa, stručnjaka i lekara u borbi protiv Covid-19. Na pitanja šta im nedostaje i kako se osećaju, 57% ispitanika navodi da im najviše nedostaju prijatelji i bliski ljudi, a potom slede izlasci i šetnje sa 24%. Za vreme vanrednog stanja gotovo polovina – 49% građana troši svoje vreme na gledanje filmova, serija i emisija zabavnog sadržaja. Kao najveći problem za vreme vanrednog stanja ispitanici doživljavaju samoizolaciju, zatim nedostatak

¹⁷ Centar za slobodne izbore i demokratiju (CeSID) je nevladina organizacija koja postoji i uspešno radi već dvadeset godina. Osnovna načela kojih se pridržavaju u radu su nepristrasnost i objektivnost. Najviše su prepoznatljivi po posmatračkim misijama koje organizuju za svaki izborni proces koji se organizuje u zemlji (*Centar za slobodne izbore i demokratiju, CeSid, n.d.*).

maski i zaštitne opreme – njih 30%. Zabrinutost je dominantno stanje kod 30% građana, vera i nada da će biti bolje kod 29% građana. U zaključku rezultata istraživanja ističe se optimističan i ohrabrujući podatak koji se odnosi na to da su građani optimistični (59%) u vezi sa daljim očekivanjima u borbi države protiv Covid-19.

Peto onlajn istraživanje koje ćemo prikazati bavi se time kako ljudi doživljavaju širenje infekcije koronavirusom i ulogom koju mediji imaju u tome. U skladu sa tim, upitnik u ovom istraživanju obuhvata pitanja o praćenju medija, kao i praćenje informacija koje ispitanici imaju o koronavirusu. Istraživanje je produkt saradnje između Odeljenja za psihologiju na Univerzitetu u Ljubljani i Laboratorije za eksperimentalnu psihologiju Odeljenja za psihologiju Filozofskog fakulteta Univerziteta u Beogradu. Grupa istraživača sa Odeljenja za psihologiju i Laboratorije za eksperimentalnu psihologiju žele da zabeleže kako izgleda psihološki profil ispitanika svakog dana u našoj zemlji i na taj način pruže detaljni svakodnevni prikaz o trenutnoj situaciji pandemije virusa Covid-19 u Srbiji (*Percepcija koronavirusa u Srbiji*, n.d.).

Prikaz rezultata prvih deset dana ovog onlajn istraživanja pronašli smo na internetu, u tekstu jedne članice istraživačkog tima, doc. dr Kaje Damjanović iz Laboratorije za eksperimentalnu psihologiju, Odeljenja za psihologiju Filozofskog fakulteta iz Beograda. Laboratorija za eksperimentalnu psihologiju Odeljenja za psihologiju Filozofskog fakulteta u Beogradu počela je da prati psihološke aspekte pandemije u Srbiji 48 časova nakon petka, 6. marta, kada je registrovan nulti pacijent. Upitnik koji su istraživači napravili rađen je na osnovu upitnika njihovih saradnika sa Filozofskog fakulteta u Ljubljani, jer je pandemija prema iskazima istraživača prvo došla u Sloveniju. Njihov psihološki upitnik je preveden i prilagođen za potrebe istraživanja u Srbiji. Istraživanjem, koje još traje, istraživači pokušavaju da iscrtaju psihološki profil pandemije u Srbiji. Istraživači su zamolili ljude iz cele zemlje da odgovore na pitanja koja se odnose na to kako se osećaju, gde se informišu o pandemiji, kome veruju i na kraju – šta rade i kako postupaju u vanrednoj situaciji. Njihovom pozivu za učestvovanje u istraživanju u prvih deset dana odazvalo se 2.050 ljudi iz cele zemlje. Cilj istraživanja bio je da se sagleda šta su psihološke pravilnosti u ovakvoj kriznoj situaciji. Od velike je važnosti da se naglasi stav istraživača da, iako je u pitanju veliki broj ispitanika koji se povećava iz dana u dan, njihov uzorak nije reprezentativan, što znači da je uopštavanje rezultata ograničeno. Ipak, istraživači naglašavaju da mogu da uoče kako ljudi u prvih nekoliko dana reaguju na pandemiju koronavirusa:

- Najvažnije što su podaci pokazali je to da se svi osećaju isto. Svi su zabrinuti i osećaju se kao da nemaju kontrolu nad dešavanjima u zemlji ali ni nad svojim životom. U početku, 8. marta, prosečna zabrinutost i procena ozbiljnosti situacije su bile umereno visoke. Ljudi su tada razmišljali o epidemiji, a vera u to da širenje bolesti može da se zaustavi bila je niska. Kako je vreme odmicalo, intenziteti straha i pratećih negativnih emocija počeli su da rastu i do

poslednjeg merenja ostali su na maksimumu. Pandemija u sopstvenoj zemlji je verovatno jedna od retkih situacija u kojima je tako očigledno da svi osećaju isto, a brojevi (koji su ovde namerno izostavljeni, jer je istraživanje u toku) to za sada potvrđuju;

- Ispitanici imaju jasan redosled kojim izvorima informacija veruju: veruju naučnicima, lekarima koje lično poznaju i Institutu za javno zdravlje „Dr Milan Jovanović Batut“;
- Ispitanici su izjavili da jesu kupovali namirnice i kućne potrepštine više nego pre prvog registrovanog slučaja, ali su još više, u prvih sedam dana epidemije, kupovali zdravstvenu robu, kao što su različiti dezinfikatori, rukavice i maske. Kako je vreme odmicalo, i kako je rastao strah, a posebno nakon proglašenja vanrednog stanja, ispitanici su počeli više da kupuju namirnice. Psihološki važan dan je, pored početka epidemije i proglašenja vanrednog stanja, i petak, 13. mart, kada je psihološka situacija, prema izjašnjenju istraživača, maksimalno nejasna. Ispitanici opsedaju zdravstvene ustanove, polako počinju da uviđaju da se nešto veliko dešava, da treba nešto da urade i da „nekako“ treba da se ponašaju, ali u tom momentu još ne znaju na koji način. Ispitanicima nije lako da se „prebace“ u pandemijsko ponašanje (Damnjanović, 2020).

Šesto onlajn istraživanje koje je važno spomenuti je onlajn istraživanje o ponašanju i strahu od gubitka posla u vreme pandemije Covid-19. Istraživanje sprovode psiholozi Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača i trenera u Subotici u saradnji sa agencijom Interea iz Novog Sada. Cilj istraživanja jeste da se utvrdi koji sve faktori utiču na to kako će se ljudi ponašati i koje mere će preduzimati u vreme pandemije. Pored pomenutog cilja, istraživači ističu i cilj koji se odnosi na identifikaciju onih činioca koji su zaslužni za to da se neko bolje suočava sa aktuelnom situacijom (*Ponašanje i strah od gubitka posla u vreme pandemije koronavirusa*, n.d.). S obzirom na činjenicu da je pomenuto istraživanje u toku s ciljem da se obuhvati što više ispitanika, u ovom trenutku ne postoje prikazi rezultata pomenutog onlajn istraživanja.

U težnji da odgovore na pitanje kako se ljudi suočavaju sa pandemijom, tim psihologa sa Filozofskog fakulteta u Novom Sadu je takođe pokrenuo naučno onlajn istraživanje koje se odnosi na naš prikaz *sedmog onlajn istraživanja*. Istraživači psiholozi prof. dr Veljko Jovanović, prof. dr Vesna Gavrilov-Jerković i dr Milica Lazić navode da naučno istraživanje pod nazivom „Rezilijentnost u kontekstu pandemije Covid-19“ ima za cilj da doprinese razumevanju načina na koji se ljudi prilagođavaju na krizne događaje koji imaju potencijala da ugroze zdravlje velikog broja ljudi. Istraživanja poput ovog su prilika da naučnici steknu dragocena znanja koja mogu u budućnosti pomoći da se preduprede brojni problemi koje sa sobom nose stresni događaji poput pandemija (*Psiholozi iz Srbije istražuju psihološke aspekte pandemije*, 2020). Kao što je već istaknuto, istraživanje „Rezilijentnost u kontekstu pandemije Covid-19“ teži da razume ponašanje ljudi tokom trajanja pandemije, ali i u periodu nakon

završetka pandemije. Stoga će, prema navodima istraživača, istraživanje biti sprovedeno u nekoliko navrata (otprilike svakih sedam dana) dok traje pandemija, ali i mesec dana, šest meseci, godinu dana i dve godine nakon što bude proglašen kraj pandemije. Opisanim pristupom istraživanju istraživači teže da steknu obuhvatna i korisna znanja koja će doprineti razumevanju kako trenutne reakcije ljudi, tako i promena koje ljudi doživljavaju tokom vremena (*Rezilijentnost u kontekstu pandemije Covid-19*, 2020).

U kontekstu dela u teorijskom razmatranju o deci u izolaciji izazvanoj vanrednim stanjem zbog epidemije Covid-19, prikazaćemo *osmo onlajn istraživanje* koje je vršeno na uzorku ispitanika dece od 5 do 18 godina iz cele Srbije, gde je ukupan uzorak bio $n = 1.571$ ispitanik. Podaci su se prikupljali uz pomoć onlajn upitnika, anonimno i na dobrovoljnoj bazi. Deca – ispitanici su odgovarali na pitanja o tome kako mere u vanrednom stanju utiču na njih i na njihovo ponašanje, šta ih najviše brine, šta im nedostaje i kako se nose sa kriznom situacijom. Istraživanje je sprovedeno pod nazivom „Biti dete za vreme pandemije Covid-19“ tokom četvrte nedelje vanrednog stanja u Srbiji, od 30. marta do 3. aprila 2020. godine.



Slika 20: „Moja porodica pod maskama“, april 2020. godine, dečak, 5 godina

Zaključci istraživanja (*Zaključci istraživanja: Kako deca podnose mere donete u vanrednom stanju?*, 2020) ukazuju na sledeće:

- Deca su izložena produženom strahu od opasnosti da se zaraze virusom korona. Deca koja imaju porodično okruženje koje je više podržavajuće bolje se prilagođavaju na krizu i vanredno stanje;
- Većina dece je za virus korona saznala preko televizije ili interneta, dok je samo petina ispitanika tu informaciju dobila od roditelja. Ipak, u najvećem broju slučajeva su im roditelji glavni izvori informacija o pandemiji i bolesti Covid-19;
- Deca izveštavaju da im najviše nedostaju socijalne aktivnosti (društvo, druženje, prijatelji, izlasci) i sloboda kretanja. U značajnom procentu su izjavila da im nedostaje škola, ali, sudeći po nekim odgovorima, nedostaje im pre svega socijalni aspekt ovih ustanova, a ne i edukativni;
- U vezi sa restriktivnim merama i vanrednim stanjem, kojem se ne nazire kraj, i produženim strahom od Covid-19 je i briga dece zbog neizvesnosti (koliko će trajati vanredno stanje i pandemija Covid-19, kako će se odvijati, kako će dobiti ocene, kako će upisati srednju školu). Na prvom mestu se brinu za zdravlje bliskih osoba, članova porodica, ali i drugih ljudi, uključujući brigu o tome da neko od njih može umreti;
- Određeni procenat dece postavlja egzistencijalna pitanja (da li će porodica imati dovoljno novca, da li će imati dovoljno hrane) i boje se mogućnosti dodatnog ograničavanja slobode i novih zabrana kretanja;
- Posebno zabrinjava to što se čini da deca prepoznaju potencijalno stigmatizovanje ljudi koji obole od Covid-19. To se ogleda u odgovorima dece koja se boje da ne prenesu virus bliskim ljudima, jer će onda biti „kriva“ ako se neko od njih razboli;
- Deca svoje brige najčešće dele sa roditeljima, zatim drugarima i drugim članovima porodice, i na kraju nastavnicima;
- Najveći broj dece (83,3%) izjavilo je da nema problema sa onlajn nastavom;
- Skoro polovina dece poseduje svoj lični računar (48,3%), 37% deli računar sa ukućanima, a 14,7% dece uopšte nema pristup računaru;
- Deca su u velikoj meri zadovoljna komunikacijom sa nastavnicima, ali nešto manje zadovoljna time koliko roditelji/staratelji mogu da im objasne delove gradiva koje ne razumeju. Značajno veće probleme u nastavi imaju deca koja su manje zadovoljna komunikacijom sa nastavnicima;
- U vezi sa nastavom na daljinu, deca su prijavljivala da imaju problem sa internetom (pristup internetu, loša veza); sa tim da nemaju kome da se jave kada im nešto nije jasno iz gradiva; da se slajdovi brzo smenjuju na TV-u i ne mogu uvek da pročitaju sve što piše na njima; ako nastavnici koriste različite aplikacije ostaju bez dovoljno memorijskog prostora na pametnim telefonima.

Poslednje, *deveto onlajn istraživanje* koje ćemo spomenuti je rezultat međunarodne saradnje. Istraživanje je odobrila Državna etička komisija medicinskog odbora države Rajna-Palatinat, Majnc, Nemačka. Istraživanju se priključila i naša zemlja, te je onlajn upitnik dostupan i na srpskom jeziku. U evropskom istraživačkom konzorcijumu DynaMORE naučnici i istraživači međusobno saraduju kako bi otkrili kako se ljudi prilagođavaju nepovoljnim životnim okolnostima i stresu, kao i koji faktori štite ljude od razvoja mentalnih poremećaja povezanih sa stresom (*DynaCORE – DynaMORE je studija o psihološkim reakcijama na pandemiju koronavirusa*, n.d.). Kao i u slučaju prethodno spomenutih onlajn istraživanja, i ovo istraživanje je u toku i stoga u ovom trenutku nemamo prikaz rezultata.

Pregledom dosadašnjih rezultata aktuelnih onlajn istraživanja sprovedenih tokom marta i aprila meseca 2020. godine povodom aktuelne vanredne situacije izazvane pandemijom Covid-19 možemo zaključiti da sva istraživanja imaju za cilj da utvrde kako i na koji način se ljudi ponašaju, kako se osećaju i kako reaguju na promene u situaciji pandemije Covid-19. Gotovo da većina rezultata istraživanja upućuje na podatak da je psihičko i emocionalno stanje građana stabilno. Većina ispitanika smatra da su u dovoljnoj meri upoznati sa informacijama o virusu i da to u najvećoj meri čine preko medija. Važno je napomenuti da se većina građana u ovom trenutku pridržava izrečenih mera, te koriste sve preporučene zaštite. Iako im u najvećoj meri nedostaju prijatelji i druženja, i uprkos preporučenom socijalnom distanciranju zbog sprečavanja širenja virusa, većina ispitanika kroz prikazana istraživanja ističe da su zadovoljni kvalitetom komunikacije sa prijateljima preko dominantnih društvenih mreža. S obzirom na okolnosti, trenutna situacija percipira se kao podnošljiva, građani se trude da prilagođavaju svoje navike novonastaloj situaciji i optimističnog su stava u vezi sa daljim odvijanjem situacije. Veliki broj ljudi oseća se sigurno i ne reaguju panikom, strah od zaraze koronavirusom kod ispitanika nije previše izražen, budući da više od polovine ispitanika u prikazanom prvom istraživanju (Centra za bihevioralnu genetiku sa Filozofskog fakulteta iz Novog Sada) izveštava da se uopšte ili uglavnom ne plaši. Međutim, u navodima petog istraživanja (Laboratorija za psihologiju, Odeljenja za psihologiju Filozofskog fakulteta u Beogradu), zabrinutost ispitanika je bila umereno visoka. Budući da je kućna izolacija dominantan oblik preporučene zaštite, najbitnije u novonastaloj situaciji jeste da se održi kvalitet komunikacije među ukućanima jer su članovi porodice više nego što je to ranije bio slučaj usmereni jedni na druge. U tom kontekstu, rezultati istraživanja govore u prilog činjenici da su ispitanici zadovoljni kvalitetom komunikacije sa svojim ukućanima, te da su odnosi među članovima porodice zadovoljavajući. S druge strane, stanovnici će ipak morati redefinisati svoje ponašanje i svoje navike u novonastaloj situaciji pandemije Covid-19 kako bi se uspešno prilagodili kućnoj izolaciji. Što se tiče mlađih ispitanika – deci do 18 godina najviše nedostaju vršnjaci, druženja i socijalni kontakti. Nedostaje im i škola, ali ipak više u socijalnom smislu nego u nastavnom, jer se za sada uspešno snalaze u onlajn nastavi.

Elektronski izvori¹⁸

- *Centar za bihevioralnu genetiku, Filozofski fakultet, Univerzitet u Novom Sadu.* (n.d.). Preuzeto 1. aprila 2020. sa: <http://cbg.ff.uns.ac.rs/>
- *Centar za slobodne izbore i demokratiju, CeSid.* (n.d.). Preuzeto 3. aprila 2020. sa: <http://www.cesid.rs/>
- *CESID: Rezultati istraživanja Život u doba pandemije.* (2020). Preuzeto 3. aprila 2020. sa: https://www.okradio.rs/m/vesti/lokalne/cesid-rezultati-istrazivanja-zivot-u-doba-pandemije-_78463.html
- *Članovi Centra za bihevioralnu genetiku, Filozofski fakultet, Univerzitet u Novom Sadu.* (n.d.). Preuzeto 1. aprila 2020. sa: <http://cbg.ff.uns.ac.rs/tim.php>
- *Damnjanović, K.* (2020). *Psihološki profil pandemije u Srbiji.* Preuzeto 5. aprila 2020. sa: http://www.fondacijahemofarm.org.rs/srb/blog/466/Psiholo%C5%A1ki-profil-pandemije-u-Srbiji?fbclid=IwAR0M_rabRvnCCf8DKvpgPuWij07QTV3obEKkMwo44PknMLTujxafZKB78ac
- *DynaCORE – DynaMORE je studija o psihološkim reakcijama na pandemiju koronavirusa.* (n.d.). Preuzeto 9. aprila 2020. sa: <https://www.research.net/r/DynaCORE?lang=sr&fbclid=IwAR3vAWjWKOvgYvZHhgWbELRj97C2ZUZAdtw0yXJ94C8510dFKaf7V502o4Y>
- *Dinić, B. i Bodroža, B.* (n.d.). *Istraživanje ponašanja ljudi u vreme pandemije korona virusa.* Preuzeto 1. aprila 2020. sa: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf6WpLfigdPw4nJf4Oz547jaS4Zb3yKhQG3NcOwMh6oOQ0_Rw/viewform?fbclid=IwAR2rDa0ubflDX5honlzv4Uzwslika8thOuzFaoSbVcGh7Ju9yULOpMuTLDIqa1is
- *Gradani Srbije u najmanjoj meri zabrinuti za gubitak radnog mesta.* (2020). Preuzeto 3. aprila 2020. sa: <https://bif.rs/2020/04/gradjani-srbije-u-najmanjoj-meri-zabrinuti-za-gubitak-radnog-mesta/>
- *Istraživanje Centra za bihevioralnu genetiku, Filozofski fakultet, Univerzitet u Novom Sadu.* (n.d.). Preuzeto 1. aprila 2020. sa: <http://cbg.ff.uns.ac.rs/covid19/>
- *Percepcija koronavirusa u Srbiji.* (n.d.). Preuzeto 5. aprila 2020. sa: <https://www.1ka.si/a/258252>
- *Ponašanje i strah od gubitka posla u vreme pandemije koronavirusa.* (n.d.). Preuzeto 5. aprila 2020. sa:

¹⁸ Napomena: neki od priloženih elektronskih izvora (Dinić, B. i Bodroža, B. (n.d.). *Istraživanje ponašanja ljudi u vreme pandemije korona virusa* i *Ponašanje i strah od gubitka posla u vreme pandemije koronavirusa.* (n.d.). predstavljaju trenutne veb-adrese (Google upitnike) na kojima je priložen onlajn upitnik i na kojima je objašnjeno onlajn istraživanje. Postoji verovatnoća da će nakon završetka onlajn istraživanja veb-adrese biti nepristupačne.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdNcuyDRXNnZd1er4f7_rle851PgofwD0RcjZHqOzEprN0uwg/viewform

- *Psiholozi iz Srbije istražuju psihološke aspekte pandemije.* (2020). Preuzeto 9. aprila 2020. sa: <http://rs.n1info.com/Zdravlje/a587231/Tim-psihologa-iz-Srbije-istrazuje-psiholoske-aspekte-pandemije.html>
- *Rezilijentnost u kontekstu pandemije Covid-19.* (2020). Preuzeto 9. aprila 2020. sa: <https://recovid.self.rs/>
- *Rezultati istraživanja koje prati emocionalne reakcije ljudi na vanrednu situaciju uzrokovanu korona virusom.* (2020). Preuzeto 12. aprila 2020. sa: http://www.cbg.ff.uns.ac.rs/covid_istrazivanje.php?fbclid=IwAR21A4oqglMA7yNiAvr9Pvrtm0pLM1fSZtahtyTbE32Gz0xLivYyQHDoGyQ#
- *Valicon.* (n.d.). Preuzeto 3. aprila 2020. sa: <https://www.valicon.net/>
- *Zaključci istraživanja: Kako deca podnose mere donete u vanrednom stanju?.* (2020). Preuzeto 8. aprila 2020. sa: https://zelenaucionica.com/zakljucci-istrazivanja-kako-deca-podnose-mere-donete-u-vanrednom-stanju/?fbclid=IwAR0tfaZ6bHDcWMpoLnZnh6Sllh3mNZEV9KKc-GC5Qf5IxxBhlD63WaGg6_U

METOD

dr Jelena Mićević Karanović, prof.¹⁹

dr Vladimir Varađanin, rukovodilac za informacione sisteme i tehnologije²⁰

mr Srbislava Pavlov, predavač²¹

dr Angela Mesaroš Živkov, prof.²²

Ana Vukobrat, master²³

Tanja Brkljač, master²⁴

Osnovni metod je neeksperimentalan, onlajn anketno istraživanje na uzorku, eksplorativnog karaktera, jer je reč o problemu za koji ne postoje dovoljno pouzdana teorijska i empirijska uporišta.

PREDMET I PROBLEM ISTRAŽIVANJA

U naslovu teme rada dato je preliminarno određenje predmeta, a to je ispitivanje adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19 u vreme izbijanja pandemije i proglašenja vanrednog stanja u Srbiji. Osnovno istraživačko pitanje se odnosi na ispitivanje da li krizna situacija izaziva i krizna stanja kod studenata, a da bi se odgovorilo na ovo istraživačko pitanje i dopunili nalazi neophodno je odgovoriti i na druga istraživačka pitanja vezana za protektivne faktore koje studenti koriste, psihološke resurse koje poseduju i koriste kako bi se adaptirali i prebrodili novonastalu, iznenadnu i neočekivanu kriznu situaciju.

UZORAK ISTRAŽIVANJA

Uzorak istraživanja je nameran i prigodan, a čine ga studenti osnovnih i master strukovnih studija Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi.

Ukupan uzorak od 179 ispitanika čine poduzorcji od 125 studenta osnovnih strukovnih studija i 54 studenta master strukovnih studija (Tabela 1).

Tabela 1: Struktura uzorka prema nivou studija

Nivo studija koje pohađaju	f	%
Osnovne strukovne studije	125	69,80
Master strukovne studije	54	30,20
Ukupno	179	100

Strukturu uzorka prema polu većinski čine ispitanice (160 studentkinja, odnosno 89,40%) i 19 ispitanika tj. 10,60% (Tabela 2).

¹⁹ E-mail: micevicj@sbb.rs

²⁰ E-mail: varadjaninv@yahoo.com

²¹ E-mail: srbislavapavlov@yahoo.com

²² E-mail: angelamesaros.zivkov@gmail.com

²³ E-mail: manuska89@gmail.com

²⁴ E-mail: tanjabrkljac@gmail.com

Tabela 2: Struktura uzorka prema polu

Struktura uzorka prema polu	f	%
Muški	19	10,60
Ženski	160	89,40
Ukupno	179	100

Starosnu strukturu ispitanika većinski čine oni koji pripadaju starosnoj grupi od 20 do 30 godina (46,40%); potom slede ispitanici starosne grupe od 30 do 40 godina (26,80%); od 40 do 50 godina (14,50%); do 20 godina (11,70%), a procentualno najmanji broj ispitanika od 0,60% pripada grupi studenata starijih od 50 godina (Tabela 3).

Tabela 3: Starosna struktura ispitanika

Starosna struktura ispitanika	f	%
do 20 godina	21	11,70
od 20 do 30 godina	83	46,40
od 30 do 40 godina	48	26,80
od 40 do 50 godina	26	14,50
preko 50 godina	1	0,60
Ukupno	179	100

ISTRAŽIVAČKE VARIJABLE

Istraživačke varijable podeljene su u četiri grupe:

- *Socio-demografske (nivo studija, pol i starost);*
- *Psiho-dispozicione (kognitivna, emocionalna i bihejvioralna komponenta adaptacije);*
- *Socio-psihološke (socijalni odnosi u porodici, stav prema zaraženima i/ili obolelima od Covid-19 i njihovim porodicama i samoprocena adaptacije na kriznu situaciju i procena mehanizama sopstvenih protektivnih faktora);*
- *Evaluacija onlajn nastave.*

INSTRUMENT

U skladu sa predmetom, problemom istraživanja, postavljenim ciljevima i istraživačkim varijablama, upitnik sadrži (Prilog 3):

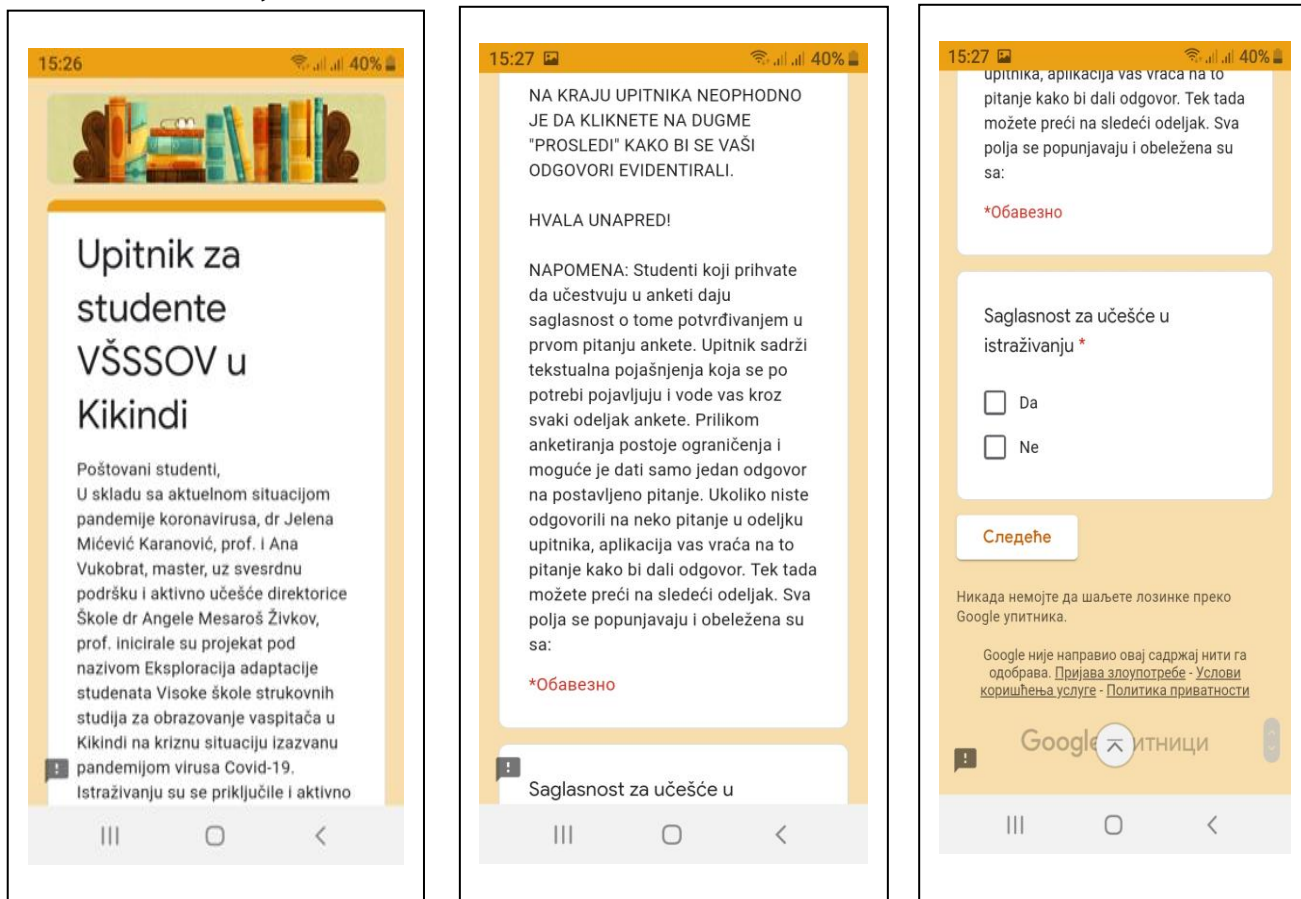
- Osnovna obaveštenja o projektu i istraživanju;
- Uputstvo za popunjavanje;
- Garanciju anonimnosti;
- Tehnička uputstva;
- Saglasnost za učešće u istraživanju;
- Osnovne biografske podatke.

Upitnik ispituje:

- Znanje i informisanost o koronavirusu;

- Emocionalno stanje u toku vanrednog stanja;
- Ponašanje u toku vanrednog stanja;
- Socijalne odnose u porodici, lokalnoj zajednici, sa kolegama/koleginicama iz škole u toku vanrednog stanja;
- Odnos prema obolelima od koronavirusa i njihovim porodicama;
- Opšte stanje i potrebe za vreme vanrednog stanja.

Poseban deo upitnika se odnosi na evaluaciju onlajn nastave u toku vanrednog stanja, kao i preporuke studenata kako bi škola trebalo da postupi u vanrednoj situaciji i tako studentima olakša čitavu situaciju.



Skrinšot onlajn upitnika

TOK I PROCEDURA ISTRAŽIVANJA

- Dana 9.04.2020. studenti osnovnih i master strukovnih studija su, preko svojih tzv. vođa grupa, putem imejla, Vibera i drugih vidova komunikacije, obavješteni da od petka, 10.04.2020. godine do srede, 15.04.2020. godine, traje prva faza realizacije projekta čiji je nosilac Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi pod nazivom *Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19* (Prilog 1).

- Sledećeg dana, 10.04.2020. godine, studenti su dobili kratko tehničko uputstvo o postupku popunjavanja onlajn upitnika, uz isticanje da je učešće u anketiranju anonimno, jednostavno i da od njih zahteva maksimalno 20 minuta angažovanja, kao i da treba da obrate pažnju na pitanja otvorenog tipa koja će im oduzeti nešto više vremena. Naglašeno je da, ukoliko upitnik popunjavaju na mobilnom telefonu, obavezno telefon stave u horizontalni položaj, odnosno da ga rotiraju u položaj *landscape* kako bi nesmetano mogli da vide sve ponuđene odgovore, kao i da su na računaru svi ponuđeni odgovori jasno vidljivi (Prilog 2). Nakon uputstva, poslat je link sa onlajn upitnikom (Prilog 3).

NAPOMENA:

Iako deca predškolskog uzrasta nisu bila prvobitni predmet našeg istraživanja, niti su ispitanici, ipak ovu monografiju indirektno posvećujemo upravo njima, jer su naši studenti budući strukovni vaspitači ili budući strukovni master vaspitači, a među njima ima i roditelja/staratelja dece predškolskog uzrasta. Pored toga, jedan deo u monografiji je posvećen teorijskim razmatranjima upravo na temu *Deca predškolskog uzrasta u vanrednoj situaciji izazvanoj pandemijom Covid-19*, a pri kraju knjige, u delu *Preporuke*, dajemo niz preporuka roditeljima, vaspitačima i studentima kako da pravilno postupaju sa decom u periodu aktuelne krizne situacije, odnosno pandemije izazvane koronavirusom, i u toku drugih (potencijalnih) vanrednih stanja i kriznih situacija koje mogu da dovedu do kriznih stanja.

Zbog svega navedenog, obratili smo se, 10. 04. 2020. godine, direktorima i vlasnicima predškolskih ustanova (Prilog 4) od kojih smo tražili saglasnost da nam omoguće kontakt sa vaspitačima koji bi roditeljima potom prosledili uputstvo za prikupljanje dečjih crteža (Prilog 5). Saglasnost smo tražili i dobili od direktora i vlasnika sledećih predškolskih ustanova:

- „Dragoljub Udicki“ Kikinda;
- „Srećno dete“ Novi Kneževac;
- „Boško Buha“ Vrbas;
- „Magična bajka“ Beograd;
- „Dolina suncokreta“ Novi Sad;
- „Različak“ Bačka Palanka;
- „Radost“ Novi Banovci;
- „Stonogica“ Sremska Mitrovica;
- „Poletarac“ Stara Pazova;
- „Dečja radost“ Svilajnac;
- „Detinjstvo“ Žabalj;

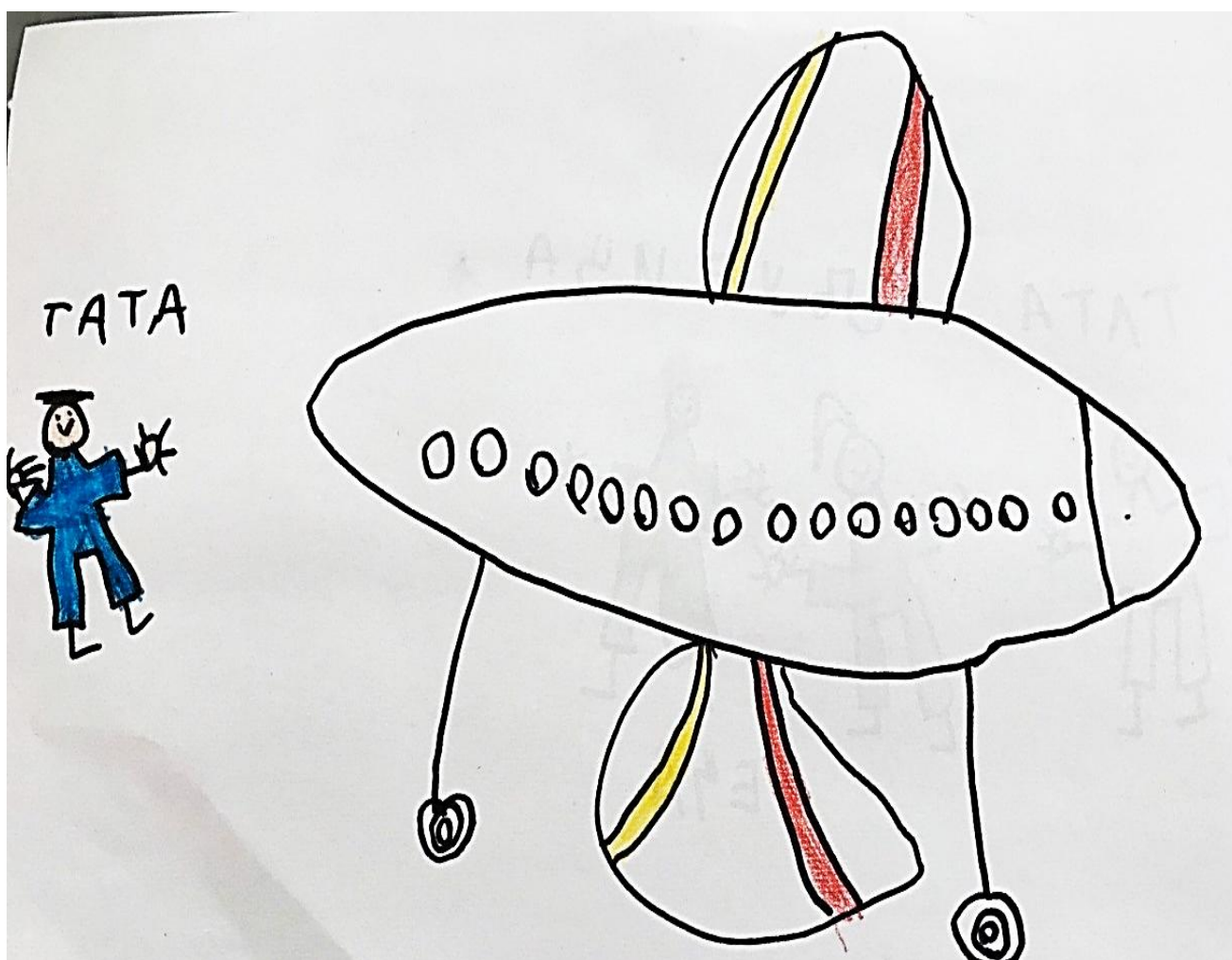
– „PLAYROOM“ Novi Sad.

Roditelji su bili ti koji su odlučili da li žele da nam ustupe crteže svoje dece u skladu sa uputstvom, a nakon realizacije istraživanja, da ne bismo ispitanike previše opteretili za vreme samog toka istraživanja, 15. 04. 2020. godine, studentima je takođe poslat poziv u vezi dečjih crteža (Prilog 5).

Crteže su nam poslali direktno roditelji koji su obavešteni preko vaspitača i realizatora projekta, a vaspitači preko direktora i/ili vlasnika predškolskih ustanova, pojedini naši studenti koji su i roditelji dece predškolskog uzrasta, kao i naši prijatelji i rođaci koji imaju decu predškolskog uzrasta (Prilog 8).

STATISTIČKA OBRADA PODATAKA

Dobijeni podaci su obrađeni uz korišćenje softverskih paketa za analizu i obradu podataka SPSS. Primenjena je pre svega deskriptivna statistika i analiza sadržaja – kvantifikacija kvalitativnih podataka (odgovora) na pitanja otvorenog tipa.



Slika 21: „Ko mi najviše nedostaje“, april 2020. godine, devojčica, 6 godina

REZULTATI I DISKUSIJA

dr Jelena Mićević Karanović, prof.²⁵

dr Vladimir Varađanin, rukovodilac za informacione sisteme i tehnologije²⁶

mr Srbislava Pavlov, predavač²⁷

dr Angela Mesaroš Živkov, prof.²⁸

MA Tanja Brkljač, nastavnik²⁹

U skladu sa predmetom, problemom istraživanja, postavljenim ciljevima i istraživačkim varijablama odeljak Rezultati istraživanja obuhvata sledeće podnaslove:

- Znanje i informisanost ispitanika o koronavirusu;
- Emocionalno stanje ispitanika u toku vanrednog stanja;
- Ponašanje ispitanika u toku vanrednog stanja;
- Socijalni odnosi u porodici, lokalnoj zajednici, sa kolegama/koleginicama iz škole u toku vanrednog stanja;
- Odnos ispitanika prema obolelima od koronavirusa i njihovim porodicama;
- Opšte stanje i potrebe ispitanika za vreme vanrednog stanja;
- Evaluacija onlajn nastave u toku vanrednog stanja;
- Preporuke studenata kako bi Škola trebalo da postupi u ovoj situaciji i tako studentima olakša čitavu situaciju.

ZNANJE I INFORMISANOST ISPITANIKA O KORONAVIRUSU

Analizirajući rezultate dobijene u delu koji se odnosi na kognitivnu komponentu adaptacije koju čine samoprocena znanja, informisanost, izvori informisanja, poverenje u pouzdanost i izvore informacija, poverenje u medije, i vreme koje ispitanici provode informišući se, uvidom u deskriptivni prikaz nalaza, gotovo podjednak broj ispitanika smatra da je ili apsolutno dobro informisan o koronavirusu (49,2%), ili pak delimično dobro informisan (49,7%), dok dva ispitanika (1,1%), smatraju da nisu dovoljno informisani o koronavirusu i nijedan ispitanik ne smatra da nije dovoljno informisan o koronavirusu (Grafikon 1).

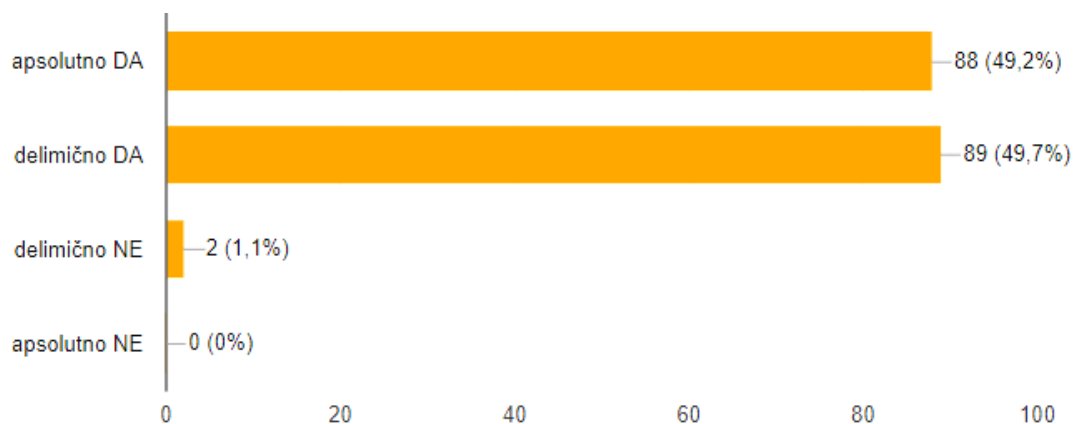
²⁵ E-mail: micevicj@sbb.rs

²⁶ E-mail: varadjaninv@yahoo.com

²⁷ E-mail: srbislavapavlov@yahoo.com

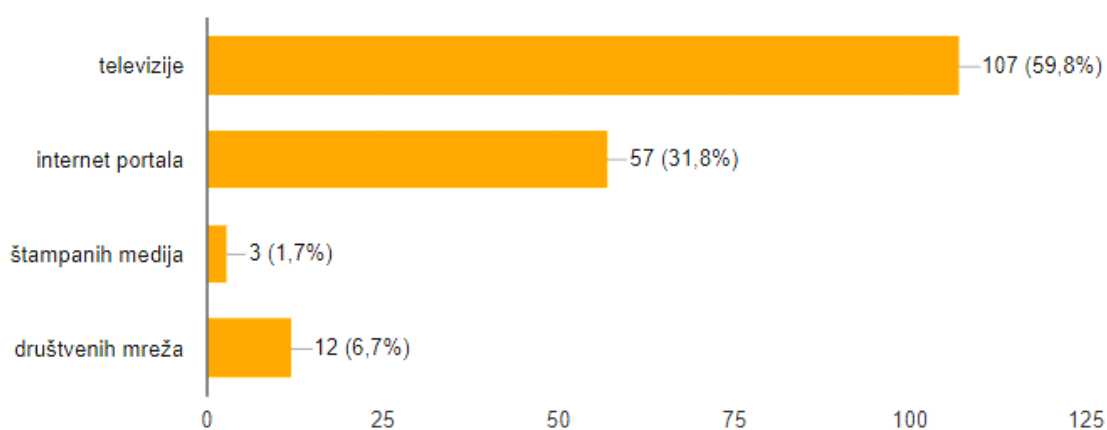
²⁸ E-mail: angelamesaros.zivkov@gmail.com

²⁹ E-mail: tanjabrkljac@gmail.com



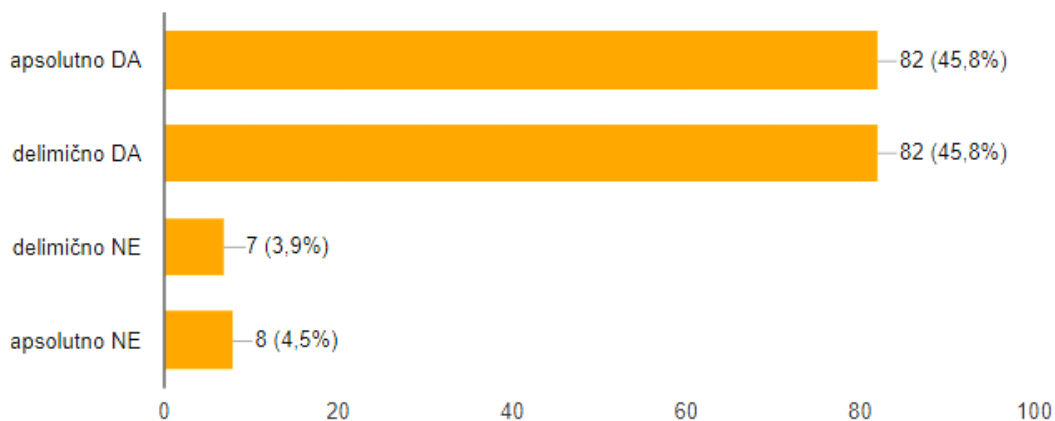
Grafikon 1: Prikaz odgovora ispitanika na ajtem: *Smatram da sam dovoljno informisan/a o koronavirusu*

Većina ispitanika, (107 ispitanika, odnosno 59,8%) se o koronavirusu najviše informiše putem televizije, potom preko internet portala (57 ispitanika, odnosno 31,8%), zatim preko društvenih mreža (12 ispitanika, tj. 6,7%), a najmanje preko štampanih medija (3 ispitanika, odnosno 1,7%) (Grafikon 2).



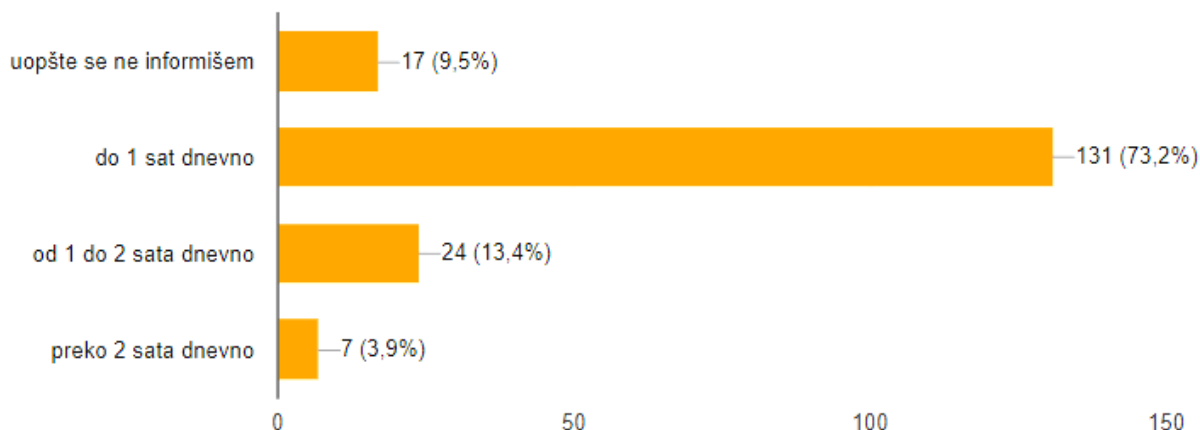
Grafikon 2: Prikaz odgovora ispitanika na ajtem: *O koronavirusu se informišem najviše putem (ponuđeni su mediji)*

Isti broj ispitanika se apsolutno, odnosno delimično slaže sa ajtemom da je pravovremeno informisan o broju zaraženih i obolelih od koronavirusa (obe podgrupe čine po 82 ispitanika, odnosno po 45,8%), dok se 8 ispitanika (4,5%) apsolutno sa tim ne slaže, a 7 ispitanika (3,9%) se delimično sa tim ne slaže (Grafikon 3).



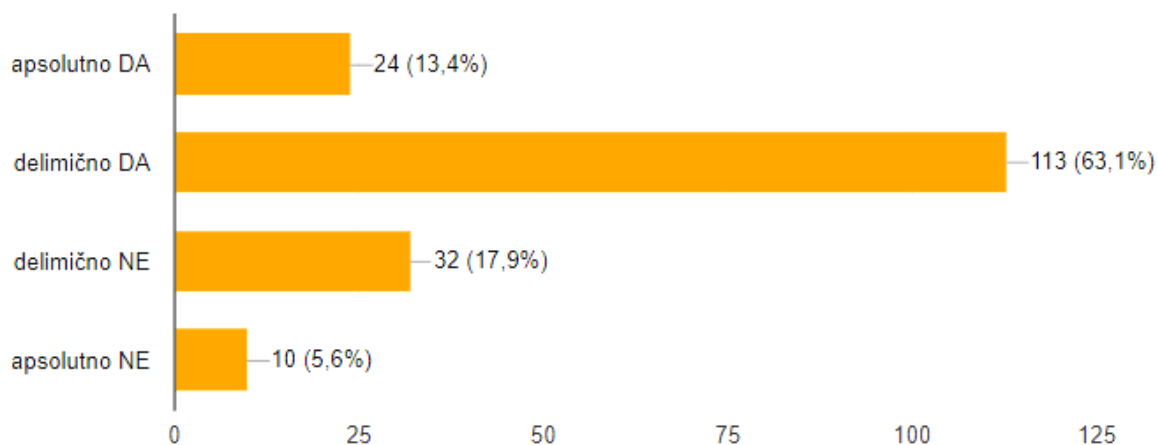
Grafikon 3: Prikaz odgovora ispitanika na ajtem: Smatram da sam pravovremeno informisan/a o broju zaraženih i obolelih od koronavirusa

Najveći broj studenata, 131 ispitanik, odnosno 73,2% njih, provodi prosečno do 1 sat dnevno informišući se o koronavirusu. Od 1 do 2 sata to čini svega 13,4% ispitanika, dok se uopšte ne informiše 17 ispitanika (9,5%). Preko 2 sata dnevno informišući se o koronavirusu provede 7 ispitanika (3,9%) (Grafikon 4).



Grafikon 4: Prikaz odgovora ispitanika na ajtem: U toku dana, prosečno provedem informišući se o koronavirusu

Kada je reč o poverenju koje imaju prema informacijama koje dobijaju putem medija, odnosno da li smatraju da su informacije koje dobijaju putem medija istinite, proverene i realne, većina studenata, odnosno 113 ispitanika (63,1%) ima delimično poverenje u medije; 32 ispitanika, odnosno 17,9%, delimično nema poverenje u medije; 24 ispitanika, tj. 13,4%, se izjasnilo da apsolutno ima poverenje, i 10 ispitanika, odnosno 5,6%, apsolutno nema poverenja u informacije koje dobija putem medija (Grafikon 5).



Grafikon 5: Prikaz odgovora ispitanika na ajtem: *Smatram da su informacije o koronavirusu koje dobijamo putem medija istinite, proverene i realne*

EMOCIONALNO STANJE ISPITANIKA U TOKU VANREDNOG STANJA

U toku krizne situacije izazvane pandemijom Covid-19 i uvedenog vanrednog stanja, ispitanici su procenili koje emocije kod njih dominiraju od kada se pojavio koronavirus u našoj zemlji, a rezultati su prikazani u Tabeli 1.



Slika 22: „Policajac hapsi koronu”, april 2020. godine, dečak, 6 godina

Tabela 1: Procena dominantnog emocionalnog stanja u toku pandemije

Emocionalna stanja	Nimalo	Slabo	Umereno	Prilično jako	Izuzetno jako
1. Ponosno	102 (56,98%)	31 (17,32)	40 (22,35%)	4 (2,23%)	2 (1,12%)
2. Empatično	14 (7,82%)	36 (20,11%)	59 (32,96%)	51 (28,49%)	19 (10,61%)
3. Razdragano	67 (37,43%)	50 (27,93%)	50 (27,93%)	12 (6,70%)	0 (0%)
4. Optimistično	15 (8,38%)	36 (20,11%)	75 (41,90%)	37 (20,67%)	16 (8,94%)
5. Nesrečno	37 (20,67%)	67 (37,43%)	49 (27,37%)	21 (11,73%)	5 (2,79%)
6. Uznemireno	23 (12,85%)	50 (27,93%)	63 (35,20%)	34 (18,99%)	9 (5,03%)
7. Uplašeno	33 (18,44%)	49 (27,37%)	66 (36,87%)	24 (13,41%)	7 (3,91%)
8. Gnevno	71 (39,66%)	50 (27,93%)	43 (24,02%)	14 (7,82%)	1 (0,56%)
9. Postiđeno	143 (79,89%)	26 (14,53%)	8 (4,47%)	1 (0,56%)	1 (0,56%)
10. Nervozno	25 (13,97%)	52 (29,05%)	55 (30,73%)	31 (17,32%)	16 (8,94%)
11. Napeto	24 (13,41%)	55 (30,73%)	53 (29,61%)	32 (17,88%)	15 (8,38%)
12. Anksiozno	78 (43,58%)	43 (24,02%)	38 (21,23%)	13 (7,26%)	7 (3,91%)
13. Tužno	45 (25,14%)	50 (27,93%)	57 (31,84%)	16 (8,94%)	11 (6,15%)
14. Zabrinuto	22 (12,29%)	30 (16,76%)	78 (43,58%)	33 (18,44%)	16 (8,94%)
15. Nemoćno	38 (21,23%)	42 (23,46%)	57 (31,84%)	24 (13,41%)	18 (10,06%)
16. Pesimistično	79 (44,13%)	57 (31,84%)	31 (17,32%)	8 (4,47%)	4 (2,23%)

Uvidom u Tabelu 1, kada je reč o **emocijama prijetnosti** izraženim na petostepenoj skali od nimalo, slabo, umereno, prilično jako do izuzetno jako uočava se da se većina ispitanika (102 ispitanika, odnosno 56,98%) nimalo ne oseća ponosno i da najveći broj ispitanika (67 ispitanika, tj. 37,43%) nimalo ne oseća razdragano; dok najveći broj ispitanika umereno oseća empatiju (59 ispitanika, tj. 32,96%) i optimizam (75 ispitanika, odnosno 41,90%).

Kada je u pitanju **slab intenzitet emocija neprijatnosti**, najveći broj ispitanika se oseća nesrečno (67 ispitanika, tj. 37,43%) i napeto (55 ispitanika, 30,73%). Kada je u pitanju **umereni stepen izraženosti pojedinih emocija neprijatnosti**, najveći broj ispitanika (63 ispitanika, 35,20%) oseća uznemirenost; 66 ispitanika (36,87%) se oseća uplašeno; 55 ispitanika (30,73%) oseća nervozu; tugu oseća 57 ispitanika, odnosno 31,84%; zabrinutost 78 ispitanika, odnosno 43,58% i nemoć 57 ispitanika, tj. 31,84%. Dalji rezultati pokazuju da se najveći broj ispitanika (71 ispitanik, odnosno 39,66%) **nimalo ne oseća** gnevno; nimalo anksiozno (78 ispitanika, odnosno 43,58%); nimalo pesimistično (79 ispitanika, tj. 44,13%) dok se većina ispitanika (143 ispitanika, tj. 79,89%) nimalo ne oseća postiđeno.

Imajući u vidu da virus korona nastavlja globalno širenje i da broj dijagnostikovanih slučajeva Covid-19 i dalje raste, te da anksioznost vezana za epidemiju takođe raste, ispitanicima je dato da procene stepen sopstvene anksioznosti na četvorostepenoj skali čije su tvrdnje modifikovana verzija skale RCMAS³⁰. (Tabela 2).

Tabela 2: Samoprocena stepena anksioznosti u toku pandemije

Procena sopstvene anksioznosti	Potpuno se slažem	Uglavnom se slažem	Uglavnom se ne slažem	Uopšte se ne slažem
1. Čini mi se da drugi lakše obavljaju zadatke od mene.	6 (3,35%)	30 (16,76%)	73 (40,78%)	70 (39,11%)
2. Često imam problem da dođem do daha.	6 (3,35%)	9 (5,03%)	39 (21,79%)	125 (69,83%)
3. Sve vreme brinem.	11 (6,15%)	47 (26,26%)	65 (36,31%)	56 (31,28%)
4. Plašim se mnogih stvari.	10 (5,59%)	34 (18,99%)	62 (34,64%)	73 (40,78%)
5. Teško mi je da zaspim uveče.	14 (7,82%)	21 (11,73%)	53 (29,61%)	91 (50,84%)
6. Osećam se usamljeno i kada sam okružen/a drugim ljudima.	12 (6,70%)	17 (9,50%)	39 (21,79%)	111 (62,01%)
7. Često osećam mučninu u stomaku.	4 (2,23%)	11 (6,15%)	43 (24,02%)	121 (67,60%)
8. Veoma sam umoran/a.	15 (8,38%)	26 (14,53%)	61 (34,08%)	77 (43,02%)
9. Sanjam ružne snove.	13 (7,26%)	26 (14,53%)	39 (21,79%)	101 (56,42%)
10. Moja osećanja se lako povrede kada sam uznemiren/a.	31 (17,32%)	44 (24,58%)	51 (28,49%)	53 (29,61%)
11. Ponekad se probudim preplašen/a.	6 (3,35%)	21 (11,73%)	41 (22,91%)	111 (62,01%)
12. Brinem kada uveče idem na spavanje.	10 (5,59%)	21 (11,73%)	54 (30,17%)	94 (52,51%)
13. Teško mi je da se koncentrišem na predispitne obaveze.	38 (21,23%)	47 (26,26%)	57 (31,84%)	37 (20,67%)
14. Često me brine nešto loše što može da se desi.	21 (11,73%)	54 (30,17%)	51 (28,49%)	53 (29,61%)

Uvidom u Tabelu 2 koja se odnosi na samoprocenu anksioznosti, uočava se da se **najveći broj ispitanika uglavnom slaže sa tvrdnjom** Često me brine nešto loše što može da se desi (54 ispitanika, odnosno 30,17%). Dalji rezultati pokazuju da se **najveći broj ispitanika uglavnom ne slaže sa sledećim tvrdnjama**: Čini mi se da drugi lakše obavljaju zadatke od mene (73 ispitanika, odnosno 40,78%) i Teško mi je da se koncentrišem na predispitne obaveze (57 ispitanika, tj. 31,84%). **Uopšte se ne slaže sa sledećim tvrdnjama najveći broj ispitanika**: Sve vreme brinem (56 ispitanika, tj. 31,28%); Plašim se mnogih stvari (73 ispitanika, odnosno 40,78%); Veoma sam umoran/a (77

³⁰Gerard, A. B. & Reynolds, C. R. (1999) "Characteristics and applications of the Revised Children's Manifest Anxiety Scale", in Maruish, M.E. (ed.) *The use of psychological testing for treatment and planning and outcomes assessment* (2nd edition, Mahwah, Lawrence Erlbaum Associates), pp. 323-340.

ispitanika, odnosno 43,02%) i *Moja osećanja se lako povrede kada sam uznemiren/a* (53 ispitanika, odnosno 29,61%). **Većina ispitanika se uopšte ne slaže sa sledećim tvrdnjama:** Često imam problem da dođem do daha (125 ispitanika, odnosno 69,83%); Teško mi je da zaspim uveče (91 ispitanik, tj. 50,84%); Osećam se usamljeno i kada sam okružen/a drugim ljudima (111 ispitanika odnosno 62,01%); Često osećam mučninu u stomaku 121 (67,60%); Sanjam ružne snove 101 (56,42%); Ponekad se probudim preplašen/a 111 (62,01%) i Brinem kada uveče idem na spavanje (94 ispitanika, odnosno 52,51%).

PONAŠANJE ISPITANIKA U TOKU VANREDNOG STANJA

Ponašanje ispitanika za vreme vanrednog stanja je ispitano kroz varijable *kako provode slobodno vreme* (Tabela 3), *kako se ponašaju za vreme vanrednog stanja* (Tabela 4) i kroz *samoprocenu strategija za prevladavanje stresa* (Tabela 5).

Tabela 3: Deskriptivan prikaz odgovora ispitanika kako najčešće provode slobodno vreme za vreme pandemije

Slobodno vreme provodim najčešće	Nimalo	Malo	Umereno	Mnogo
1. Pridružujem se ukućanima u realizaciji kućnih obaveza.	2 (1,12%)	10 (5,59%)	57 (31,84%)	110 (61,45%)
2. Provodim vreme sa prijateljima.	113 (63,12%)	42 (23,46%)	20 (11,17%)	4 (2,23%)
3. Posvećen/a sam učenju.	15 (8,38%)	54 (30,17%)	94 (52,51%)	16 (8,94%)
4. Čitam knjige koje ne pripadaju stručnoj literaturi.	43 (24,02%)	38 (21,23%)	65 (36,31%)	33 (18,44%)
5. Provodim mnogo vremena na društvenim mrežama.	11 (6,15%)	53 (29,61%)	77 (43,02%)	38 (21,23%)

Uvidom u Tabelu 3, deskriptivni prikaz dobijenih rezultata pokazuje da većina ispitanika slobodno vreme najčešće provodi tako što se pridružuje ukućanima u realizaciji kućnih obaveza (110 ispitanika, odnosno 61,45%) i to u najvećem stepenu, odnosno *mnogo* na četvorostepenoj skali od nimalo do mnogo. Zatim, većina ispitanika nimalo ne provodi vreme sa prijateljima (113 ispitanika, odnosno 63,12%); većina je umereno posvećena učenju (94 ispitanika, odnosno 52,51%), najveći broj ispitanika umereno čita knjige koje ne pripadaju stručnoj literaturi (65 ispitanika, tj. 36,31%) i najveći broj ispitanika (77 ispitanika, tj 43,02%) slobodno vreme provodi najčešće na društvenim mrežama.

U Tabeli 4 dat je deskriptivan prikaz odgovora ispitanika o aktivnostima za vreme pandemije.

Tabela 4: Deskriptivan prikaz odgovora ispitanika o aktivnostima za vreme pandemije

Moje ponašanje za vreme pandemije	Nimalo	Malo	Umereno	Mnogo
1. Pasivan sam – ležim, gledam TV, serije, filmove, slušam muziku.	36 (20,11%)	63 (35,20%)	59 (32,96%)	21 (11,73%)
2. Pridružujem se volonterskim akcijama pružanja pomoći starijima i ugroženima.	87 (48,60%)	52 (29,05%)	26 (14,53%)	14 (7,82%)
3. Pridružujem se ukućanima u realizaciji kućnih obaveza.	1 (0,56%)	12 (6,70%)	52 (29,05%)	114 (63,69%)
4. Posvećen/a sam učenju i čitanju.	11 (6,15%)	56 (31,28%)	91 (50,84%)	21 (11,73%)
5. Aktivan/a sam fizički u uslovima koje imam.	15 (8,38%)	43 (24,02%)	62 (34,64%)	59 (32,96%)
6. Doniram novac i/ili druge potrepštine onima kojima je to potrebnije.	68 (37,99%)	62 (34,64%)	37 (20,67%)	12 (6,70%)

Tabela 4 pokazuje da je najveći broj ispitanika (63 ispitanika, tj. 35,20%) izjavilo da kada je reč o tome da pasivno provode vreme u toku pandemije („Ležim, gledam TV, serije, filmove, slušam muziku”), to čini malo, odnosno u slabom stepenu. Najveći broj ispitanika (87 ispitanika, odnosno 48,60%) se nimalo ne pridružuje volonterskim akcijama pružanja pomoći starijima i ugroženima, dok se tim akcijama veoma mnogo pridružuje 14 ispitanika, odnosno 7,82% ispitanika. Većina ispitanika najviše se pridružuje ukućanima u realizaciji kućnih obaveza (114 ispitanika, tj. 63,69%) i većina ispitanika (91 ispitanik, odnosno, 50,84%), je umereno posvećena učenju i čitanju. Najveći broj ispitanika (62 ispitanika, tj. 34,64%) smatra da su umereno fizički aktivni u uslovima koje imaju. Najveći broj ispitanika ne donira novac i/ili druge potrepštine onima kojima je to potrebnije (68 ispitanika, 37,99%), 62 ispitanika, tj. 34,64% to čini u manjem stepenu, 37 ispitanika, odnosno 20,67% to čini u umerenom stepenu, a u veoma izraženom stepenu to čini 12 ispitanika, tj. 6,70%.

U Tabeli 5 dat je opis strategija koje ispitanici koriste za prevladavanje stresa, napora koje ulažu u redukovanje ili toleranciju spoljašnjih i unutrašnjih zahteva koji se pred njih postavljaju, na trostepenoj deskriptivnoj skali ponuđenih odgovora od uvek, ponekad i nikad³¹.

³¹ Opisi strategija iz: Đurić, B. (2017). Razlike u kognitivnim strategijama prevladavanja stresa kod studenata iz Slovenije i Srbije. *Godišnjak za psihologiju* Vol. 14, No 6, str. 35–48.

Tabela 5: Samoprocena strategija za prevladavanje stresa

Opis strategije za prevladavanje stresa	Uvek	Ponekad	Nikad
1. Sve događaje, pa čak i one negativne, prihvatam kao izazov. Trudim se da iz svega izvučem najbolje.	105 (58,66%)	70 (39,11%)	4 (2,23%)
2. Trudim se da prikupim informacije. Analiziram situaciju i tražim način da iz nje izađem. Maštam, vizualizujem i zamišljam srećan ishod.	97 (54,19%)	77 (43,02%)	5 (2,79%)
3. Uvek definišem prioritete i planove za njihovo ostvarivanje „korak po korak“. Racionalan/a sam.	104 (58,10%)	69 (38,55%)	6 (3,35%)
4. Usmeren/a sam na predikciju dešavanja koja mogu nastati u dalekoj budućnosti i ispitivanje ishoda različitih načina reagovanja na njih. Usmeren/a sam ka dalekoj budućnosti i svim potencijalnim problemima koji u njoj mogu nastati.	48 (26,82%)	103 (57,54%)	28 (15,64%)
5. Činim napore koji su usmereni na pronalaženje spoljašnjih resursa/izvora za prevladavanje – od traganja za informacijama do materijalne pomoći.	37 (20,67%)	104 (58,10%)	38 (21,23%)
6. Tražim podršku od bliskih osoba, njihovu pažnju, prihvatanje i odobravanje.	66 (36,87%)	85 (47,49%)	28 (15,64%)
7. Odlažem razmišljanje ili bavljenje potencijalno stresnim situacijama.	41 (22,91%)	91 (50,84%)	47 (26,26%)

Deskriptivan prikaz rezultata u Tabeli 5 pokazuje da većina ispitanika (105 ispitanika, odnosno 58,66%) uvek koristi **proaktivnu strategiju u prevladavanju stresa** (ajtem broj 1: *Sve događaje, pa čak i one negativne, prihvatam kao izazov. Trudim se da iz svega izvučem najbolje.*). Ta strategija podrazumeva ulaganje napora da se izgrade resursi i snage, ne samo za suočavanje sa budućim potencijalnim opasnostima, već i za usmeravanje aktivnosti ka ostvarivanju željenih ciljeva i unapređenju svoje ličnosti. Ovaj stil prevladavanja podrazumeva tendenciju da se događaji (pa čak i oni sa jasno negativnim značenjem) prihvataju kao izazovi. Pretpostavlja se da ljudi kod kojih dominira ovaj stil prevladavanja uspevaju da izvuku najbolje iz stresnih reakcija (Greenglass, 1999; Schwarzer i Taubert, 2002).

Većina ispitanika (97, odnosno 54,19%) uvek primenjuje strategiju koja se odnosi na **reflektivno prevladavanje stresa** (ajtem broj 2: *Trudim se da prikupim informacije. Analiziram situaciju i tražim način da iz nje izađem. Maštam, vizualizujem i zamišljam srećan ishod.*). Ova strategija podrazumeva grupu strategija usmerenu na prikupljanje informacija, njihovu analizu i logičko promišljanje mogućih uzroka nastanka stresne situacije, uz traženje odgovora na koji način da se iz nje izađe. Uključuje vizualizaciju, temeljnu mentalnu obradu dostupnih informacija i sklonost maštanju i zamišljanju srećnih ishoda situacija (Đurić, 2017).

Većina ispitanika (104, odnosno 58,10%), uvek koristi **strateško planiranje u prevladavanju stresa** (ajtem broj 3: *Uvek definišem prioritete i planove za njihovo ostvarivanje „korak po korak“. Racionalan/a sam.*), što obuhvata napore da se stresnoj situaciji priđe na sistematičan način, kroz

definisanje prioriteta i planova njihovog ostvarivanja „korak po korak“. Racionalnost je osnovni kriterijum u donošenju odluka o daljim aktivnostima (ibid.).

Većina ispitanika (103, odnosno 57,54%) ponekad koristi strategiju **preventivnog prevladavanja stresa** (ajtem broj 4: *Usmeren/a sam na predikciju dešavanja koja mogu nastati u dalekoj budućnosti i ispitivanje ishoda različitih načina reagovanja na njih. Usmeren/a sam ka dalekoj budućnosti i svim potencijalnim problemima koji u njoj mogu nastati.*). To je strategija koja podrazumeva napore usmerene na predikciju dešavanja koja mogu nastati u dalekoj budućnosti i ispitivanjem ishoda različitih načina reagovanja na njih. Osnovna karakteristika kognitivnih strategija koje pripadaju ovom stilu je usmerenost ka dalekoj budućnosti i svim potencijalnim problemima koji u njoj mogu nastati (ibid.).

Većina ispitanika (104, tj. 58,10%) ponekad koristi **strategiju instrumentalne podrške** (ajtem broj 5: *Činim napore koji su usmereni na pronalaženje spoljašnjih resursa/izvora za prevladavanje – od traganja za informacijama do materijalne pomoći.*) koja uključuje sve napore usmerene na pronalaženje spoljašnjih resursa za prevladavanje – od traganja za informacijama do materijalne pomoći (ibid.).

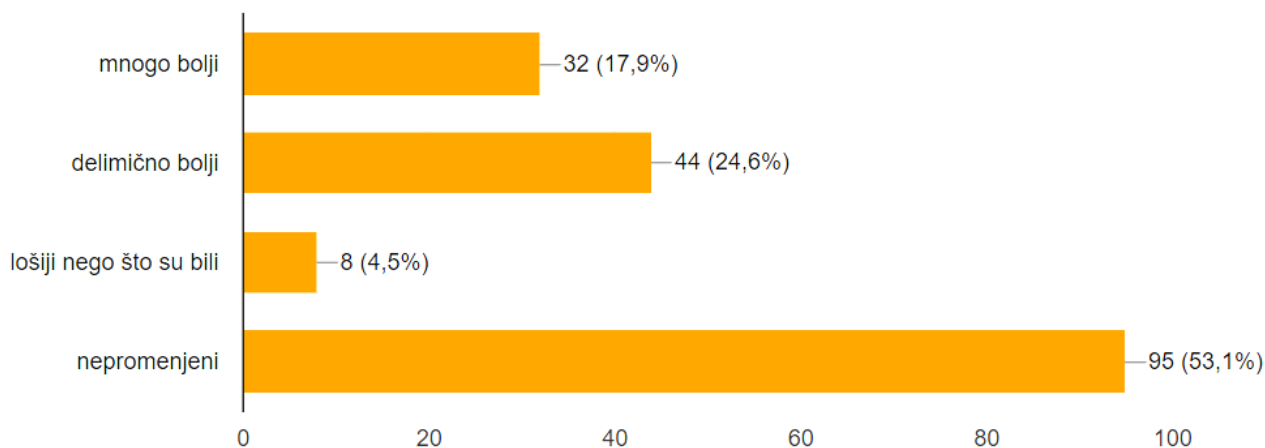
Najveći broj ispitanika (85, odnosno 47,49%) ponekad koristi **strategiju emocionalne podrške** (ajtem broj 6: *Tražim podršku od bliskih osoba, njihovu pažnju, prihvatanje i odobravanje.*) koja uključuje ponašanja traženja podrške od bliskih osoba, njihove pažnje, prihvatanja i odobravanja, kako bi se stekli ili održali sigurnost i poverenje u sopstvene mogućnosti neophodni za uspešan ishod procesa prevladavanja (ibid.).

Većina ispitanika (91, odnosno 50,84%) ponekad koristi **izbegavanje** kao strategiju (ajtem broj 7: *Odlazem razmišljanje ili bavljenje potencijalno stresnim situacijama.*) koja se odnosi na strategije odlaganja razmišljanja ili bavljenja potencijalno stresnim situacijama (ibid.).

SOCIJALNI ODNOSI U PORODICI, LOKALNOJ ZAJEDNICI, SA KOLEGAMA/KOLEGINICAMA IZ ŠKOLE U TOKU VANREDNOG STANJA

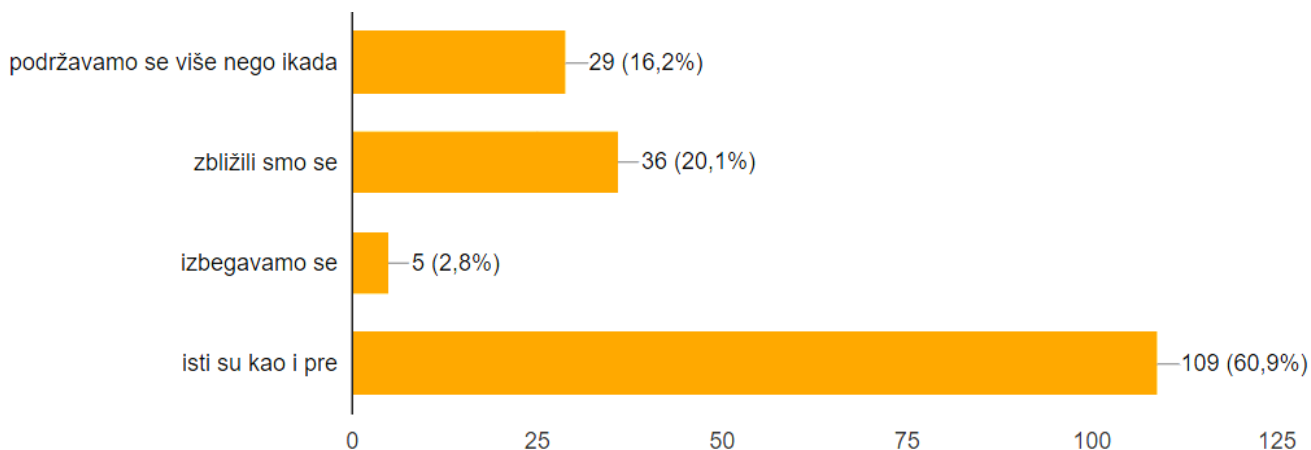
U grafikonima 6, 7, 8, i 9, dati su prikazi socijalnih odnosa u porodici, lokalnoj zajednici i sa kolegama/koleginicama (studentima) iz Škole, u toku vanrednog stanja.

U Grafikonu 6 prikazani su međusobni odnosi u porodicama ispitanika za vreme vanrednog stanja, i može se videti da 95 ispitanika, odnosno 53,1% njih, smatra da su ti odnosi nepromenjeni, 44 ispitanika (24,6%) smatra da su delimično bolji, 32 ispitanika (17,9%) je procenilo da su mnogo bolji, a 8 ispitanika (4,5%) smatra da su odnosi u porodici lošiji nego što su bili pre vanrednog stanja.



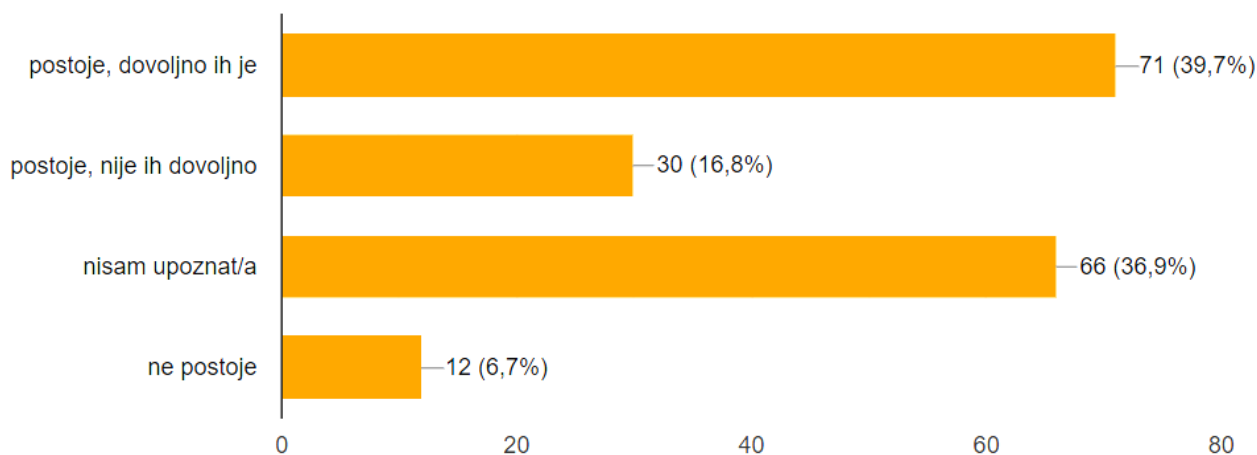
Grafikon 6: Prikaz procene međusobnih odnosa u porodicama ispitanika za vreme vanrednog stanja

U Grafikonu 7 prikazana je procena emocionalnih interakcija u porodicama ispitanika u vreme vanrednog stanja, a ona pokazuje da većina ispitanika (109 ispitanika, odnosno 60,9%) smatra da su ti odnosi isti kao i pre, 36 ispitanika (20,1%) je odgovorilo da su se još više zblížili unutar porodice, 29 ispitanika (16,2%) smatra da se podržavaju više nego ikada, a 5 ispitanika (2,8%) je odgovorilo da se međusobno izbegavaju, u toku vanrednog stanja.



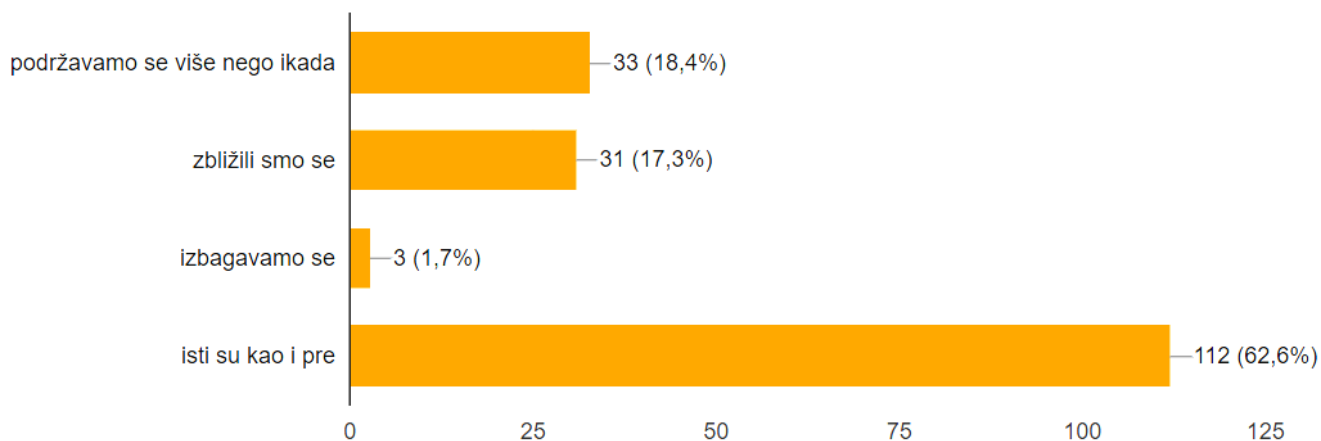
Grafikon 7: Prikaz procene emocionalnih interakcija u porodicama ispitanika u vreme vanrednog stanja

U Grafikonu 8 prikazana je distribucija odgovora o tome da li u lokalnoj zajednici u kojoj ispitanici žive postoje centri za podršku u vanrednim situacijama i ljudima koji su u izolaciji. Dobijeni rezultati pokazuju da kod najvećeg broja ispitanika (71 ispitanik, odnosno 39,7%) takvi centri postoje i ispitanici smatraju da ih je dovoljno, 66 ispitanika (36,9%) nije upoznato sa tim, 30 ispitanika (16,8%) smatra da postoje ali da ih je nedovoljno i 12 ispitanika (6,7%) je izjavilo da takvi centri ne postoje.



Grafikon 8: Distribucija odgovora ispitanika o postojanju centara za podršku u vanrednim situacijama i ljudima koji su u izolaciji u okviru lokalne zajednice u kojoj ispitanici žive

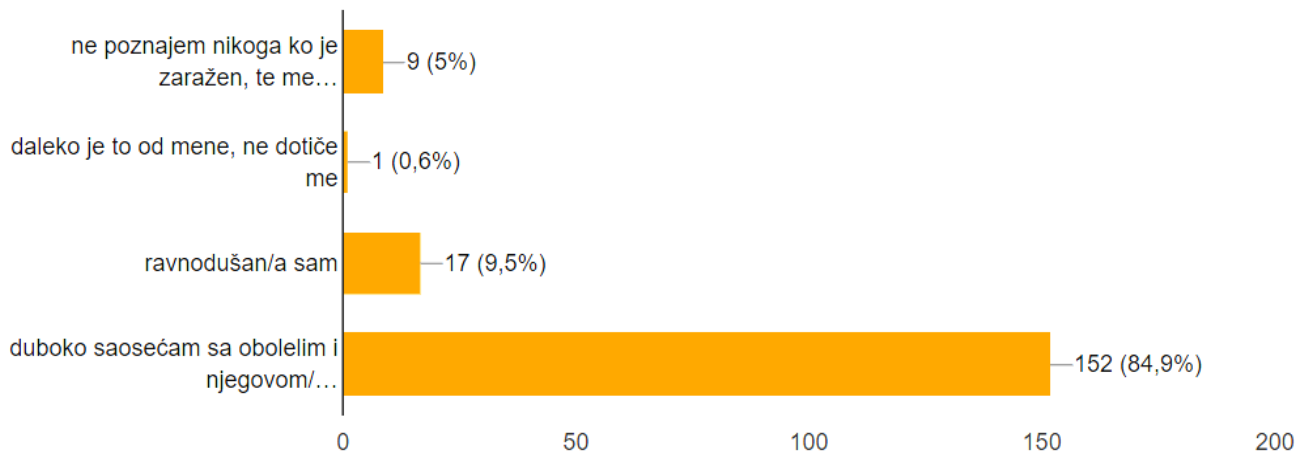
U Grafikonu 9 prikazana je distribucija odgovora o tome kako ispitanici procenjuju svoj odnos sa drugim studentima i studentkinjama tokom vanrednog stanja, gde je većina ispitanika (112, odnosno 62,6%) izjavila da su ti odnosi isti kao i pre, 33 ispitanika (18,4%) smatra da se podržavaju više nego ikada, 31 ispitanik (17,3%) smatra da su se zbližili, a 3 ispitanika (1,7%) je izjavilo da se izbegavaju.



Grafikon 9: Distribucija procene socijalnih odnosa ispitanika sa drugim studentima i studentkinjama tokom vanrednog stanja

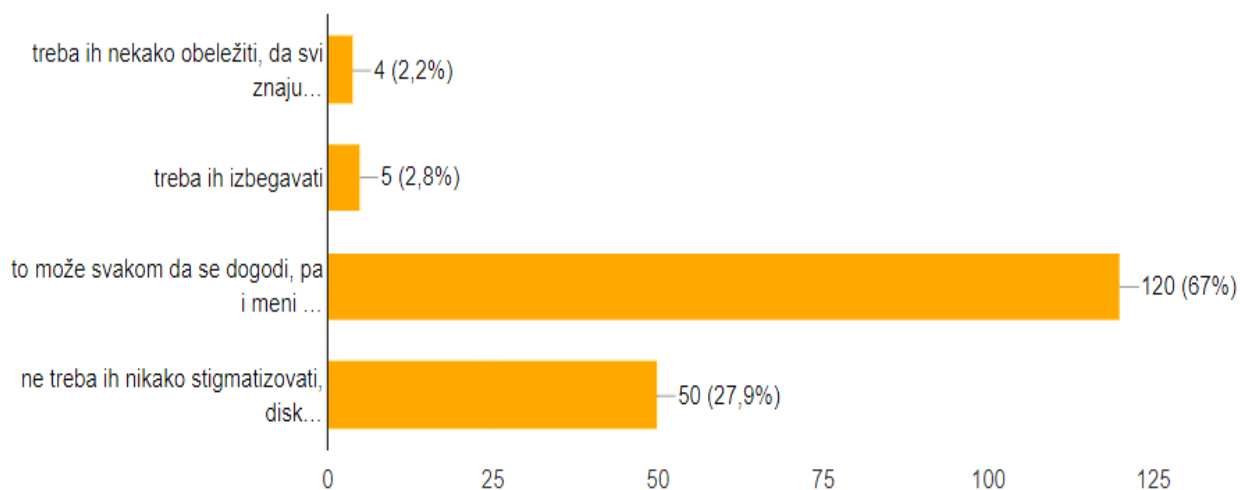
ODNOS ISPITANIKA PREMA OBOLELIMA I NJIHOVIM PORODICAMA OD KORONAVIRUSA

U grafikonima 10 i 11 dati su prikazi distribucije odnosa ispitanika prema obolelima od koronavirusa. U Grafikonu 10 koji prikazuje distribuciju odnosa ispitanika prema zaraženima i/ili obolelima od koronavirusa istaknuto je da većina ispitanika 152 (84,9%) duboko saoseća sa zaraženima ili obolelima od koronavirusa. Potom sledi ravnodušnost kod 17 ispitanika (9,5%), zatim, 9 ispitanika, odnosno 5% njih, izjavilo je da ne poznaje nikog ko je zaražen te da ih zbog toga nije ni briga i 1 ispitanik (0,6%) smatra da je to daleko od njega i da ga to ne dotiče.



Grafikon 10: Odnos ispitanika prema zaraženima i/ili obolelima od koronavirusa

U Grafikonu 11 prikazana je distribucija odgovora o odnosu ispitanika prema porodicama u kojima ima zaraženih i/ili obolelih od koronavirusa, gde većina ispitanika (120 ispitanika, odnosno 67%) smatra da to svakome može da se dogodi pa i njemu/njoj, zatim, 50 ispitanika, odnosno 27,9%, smatra da zaražene i/ili obolele ne treba stigmatizovati niti diskriminisati, potom, 5 ispitanika odnosno 2,8%, smatra da ih treba izbegavati i 4 ispitanika (2,2%) smatra da ih treba nekako obeležiti, da svi znaju ko su, odnosno stigmatizovati.



Grafikon 11: Odnos ispitanika prema porodici u kojoj ima zaraženih i/ili obolelih od koronavirusa

SAMOPROCENA OPŠTEG STANJA I POTREBA ISPITANIKA ZA VREME VANREDNOG STANJA

U delu koji sledi dajemo pregled samoprocene opšteg stanja ispitanika za vreme vanrednog stanja zbog pandemije koronavirusa u kojem je prikazano šta ispitanicima najviše nedostaje dok traje vanredno stanje zbog pandemije Covid-19 (Tabela 6), potom šta će prvo uraditi kada se završi vanredno stanje (Tabela 7), sledi distribucija odgovora koji prikazuju da li je, i ako jeste, koje stavove vanredno stanje izazvano pandemijom virusa, promenilo kod ispitanika (Tabela 8)³².

U Tabeli 6 dat je kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem *Šta vam najviše nedostaje da radite dok traje vanredno stanje zbog pandemije Covid-19?*

³² Prilog 7: Prikaz svih odgovora ispitanika na pitanja otvorenog tipa

Tabela 6: Kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem „Navedite šta vam najviše nedostaje da radite dok traje vanredno stanje zbog pandemije virusa Covid-19.“

PITANJE OTVORENOG TIPA	odgovori	f	%
Navedite šta vam najviše nedostaje da radite dok traje vanredno stanje zbog pandemije virusa Covid-19	Nedostatak obaveza i posao/privređivanje.	19	10,61
	Nedostatak druženja sa bliskim ljudima – rodbinom, prijateljima, kolegama/cama sa fakulteta, dečkom/devojkom.	94	52,51
	Nedostatak kretanja, boravak u prirodi.	38	21,23
	Nedostatak slobode.	4	2,23
	Nedostatak mogućnosti za obavljanje svakodnevnih aktivnosti.	6	3,35
	Nemogućnost izlazaka u grad.	6	3,35
	Nemogućnost bavljenja sportom/folklorom.	6	3,35
	Nemogućnost rada sa decom.	3	1,67
	Ništa posebno.	2	1,12
	Nemogućnost dolaženja do stručne literature.	1	0,56
Ukupno 179 ispitanika (100%)			

Uvidom u Tabelu 6 uočavamo da je najveći broj ispitanika, njih 94 (52,51%), odgovorilo da je to nedostatak druženja sa bliskim ljudima – rodbinom, prijateljima, kolegama/kolegamicama sa fakulteta, dečkom/devojkom, zatim 38 ispitanika (21,23%) odgovorilo je da je to nedostatak kretanja i boravak u prirodi, dok 19 ispitanika (10,61%) nedostaju obaveze, odnosno posao i privređivanje. Najmanji broj, 2 (1,12%) ispitanika, odgovorilo je da im ne nedostaje ništa posebno, dok je 1 ispitanik (0,56%) naveo nemogućnost dolaženja do stručne literature.

U Tabeli 7 dat je kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na pitanje šta će prvo uraditi kada se završi vanredno stanje zbog pandemije koronavirusa.

Tabela 7: Kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na pitanje „Šta ćete prvo uraditi kada se završi vanredno stanje zbog pandemije virusa Covid-19?“

PITANJE OTVORENOG TIP A	odgovori	f	%
Šta ćete prvo uraditi kada se završi vanredno stanje zbog pandemije koronavirusa Covid-19?	Prvo ću se videti i družiti sa dragim i bliskim osobama, zagrliti ih.	98	54,75
	Otići ću u prirodu, šetati...	30	16,76
	Uradiću nešto što mi puno znači (izaći u kafić/restoran, otići na put, šoping).	21	11,73
	Vratiću se poslu i obavezama.	11	6,14
	Ne znam, nisam razmišljao/la.	14	7,82
	Biću obazriv/a i nakon završetka pandemije.	3	1,67
	Dati otkaz zbog lošeg tretiranja zaposlenih u ovakvoj situaciji.	1	0,56
	Prvo ću da odem u crkvu i zapaliti sveću za sve one ljude koji su izgubili svoje živote.	1	0,56
	Ukupno 179 ispitanika (100%)		

Uvidom u Tabelu 7, uočava se da je 98 (54,75%) ispitanika odgovorilo da će se nakon završetka vanrednog stanja usled pandemije Covid-19 prvo videti i družiti sa dragim i bliskim osobama i zagrliti ih, dok je njih 30 (16,76%) navelo da će otići u prirodu, šetati. Najmanje ispitanika (3, odnosno 1,67%) odgovorilo je da će i dalje biti obazrivo i nakon završetka pandemije, 1 (0,56%) će dati otkaz na poslu zbog lošeg tretiranja tokom pandemije, a 1 (0,56%) ispitanik će prvo otići u crkvu i zapaliti sveću za sve one koji su izgubili živote u ovoj pandemiji.

Analizom odgovora na pitanje šta im najviše nedostaje da rade dok traje vanredno stanje zbog pandemije Covid-19 (Tabela 6) i šta će prvo uraditi kad se završi vanredno stanje (Tabela 7) najfrekventniji odgovori su vezani za porodicu, rodbinu i bliske osobe, što nije iznenađujuće. Dobijene rezultate možemo objasniti time što porodica predstavlja civilizacijsku tvorevinu kroz koju se zadovoljavaju ne samo biološke potrebe, nego i ljudske, humane potrebe – potrebe za ljubavlju, pripadnošću, udruživanjem i stvaralaštvom (Todorović, 2005). Porodica i emotivno bliske osobe su značajni protektivni faktori u situacijama poput ove izazvane širenjem Covid-19.

Tabela 8 daje prikaz kvalitativno-kvantitativne obrade odgovora ispitanika na pitanje otvorenog tipa *Da li i koje Vaše stavove je vanredno stanje izazvano pandemijom Covid-19 promenilo kod Vas?*

Tabela 8: Kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na pitanje „Da li i koje Vaše stavove je vanredno stanje izazvano pandemijom Covid-19 promenilo kod Vas?“

PITANJE OTVORENOG TIP A	odgovori	f	%
Da li i koje Vaše stavove je vanredno stanje izazvano pandemijom Covid-19 promenilo kod Vas?	Nisam promenio/la stavove tokom pandemije - ostali su isti.	85	47,49
	Dosta stavova se promenilo.	5	2,79
	Stavovi vezani za važnost zdravlja.	10	5,59
	Stavovi vezani za važnost porodice.	7	3,91
	Razočaranost u ljude.	8	4,47
	Stavovi o važnosti „običnih“ stvari.	3	1,68
	Nepoverljivost, strah, nervoza	4	2,23
	Politički stavovi.	6	3,35
	Ne zna ili nije dalo odgovor.	10	5,59
	Važnost fizičkog vežbanja i rada na sebi.	3	1,68
	Stavovi vezani za školovanje i obaveze oko studiranja u pozitivnom smislu.	4	2,23
	Stavovi o životu, prolaznosti, prioritetima, značaju slobode, preispitivanje sebe i drugih.	34	18,99
Ukupno 179 ispitanika (100%)			

Uvidom u Tabelu 8 konstatujemo da je najveći broj (85 ispitanika, odnosno 47,49%) odgovorilo da nije promenilo svoje stavove tokom pandemije, 34 ispitanika, odnosno 18,99%, promenilo je stavove o životu, prolaznosti, prioritetima, značaju slobode. Najmanji broj (3 ispitanika, odnosno 1,68%) odgovorilo je da je promenilo stavove o važnosti „običnih“ stvari, sitnica, ali i stavove o važnosti fizičkog vežbanja (3 tj. 1,68%).

U delu koji sledi dajemo prikaz najlepših i najafirmativnijih motivacionih poruka koje su ispitanici dobili preko medija, a tiču se preporuka koje se odnose na očuvanje psihofizičkog zdravlja, zaštitu sebe i drugih (Tabela 9), a potom prikaz distribucije odgovora ispitanika kada su u pitanju najlošije poruke koje su, prema njima, poslali mediji i za koje ispitanici smatraju da su dezinformacije ili da

stvaraju paniku kod građana (Tabela 10). Potom sledi prikaz ličnih, afirmativnih, motivacionih poruka koje su ispitanici želeli da podele sa drugima (Tabela 11), kao i lista prioriteta koje su ispitanici naveli, kada su u pitanju uslovi života tokom vanrednog stanja (Tabela 12).

U Tabeli 9 dat je kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem *Navedite najbolju i najafirmativniju motivacionu poruku koju ste preko medija čuli, pročitali, a tiče se preporuka kako bismo očuvali psihofizičko zdravlje i kako bismo zaštitili sebe i druge.*

Tabela 9: Kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem „Navedite najbolju i najafirmativniju motivacionu poruku koju ste preko medija čuli, pročitali, a tiče se preporuka kako bismo očuvali psihofizičko zdravlje i kako bismo zaštitili sebe i druge.“

PITANJE OTVORENOG TIPA	odgovori	f	%
Navedite najbolju i najafirmativniju motivacionu poruku koju ste preko medija čuli, pročitali, a tiče se preporuka kako bismo očuvali psihofizičko zdravlje i kako bismo zaštitili sebe i druge.	Motivacione poruke <i>Ostani kod kuće</i> i koje podstiču empatičnost i brigu o drugima.	90	50,28
	Motivacione poruke koje podstiču optimizam i nadu da će sve brzo proći.	17	9,50
	Motivacione poruke iz oblasti popularne psihologije, misli filozofa i duhovnika i saveti.	29	16,20
	Ne mogu da izdvojim nijednu, ima ih više.	3	1,68
	Nema ih, nisam zapazio/la.	24	13,41
	Ne zanimaju me motivacione poruke.	3	1,68
	Ima puno loših poruka u medijima.	6	3,35
	Bez odgovora	7	3,91
Ukupno 179 ispitanika (100%)			

Pregledom rezultata prikazanih u Tabeli 9, uočavamo da je najveći broj (90 ispitanika, odnosno 50,28%) naveo kao najbolju i najafirmativniju motivacionu poruku onu koja je vezana za ostanak kod kuće i koja podstiče empatiju i brigu za druge, zatim (29, odnosno 16,20%) poruke iz oblasti popularne psihologije, misli filozofa, duhovnika, ali je navelo i savete, dok ih 24 (13,41%) nema ili ih nije zapazilo. Najmanji broj, 3 (1,68) ispitanika, navelo je da ne može da izdvoji nijednu jer ih ima više, dok je isti broj (3 ispitanika, odnosno 1,68%) navelo da ih motivacione poruke ne zanimaju.

Zanimalo nas je i koja je, prema našim ispitanicima, najlošija poruka koju su čuli preko medija, pročitali i za koju smatraju da je dezinformacija ili da stvara paniku kod građana. Rezultati su prikazani u Tabeli 10.



Slika 23: „Ko mi nedostaje“, april 2020. godine, devojčica, 5 godina

Tabela 10: Kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem „Navedite najlošiju poruku, po Vama, koju ste preko medija čuli, pročitali, za koju smatrate da je dezinformacija ili stvara paniku kod građana.“

PITANJE OTVORENOG TIP A	odgovori	f	%
Navedite najlošiju poruku, po Vama, koju ste preko medija čuli, pročitali, za koju smatrate da je dezinformacija ili stvara paniku kod građana.	Poruke vezane za to da se približavamo italijanskom i španskom scenariju.	19	10,61
	Lažne informacije (preuranjene) vezane za 24 zabranu kretanja, nestanku namirnica, neopremljenosti bolnica.	26	14,52
	Ne znam.	18	10,05
	Nema loših poruka.	12	6,70
	Vređanje političara, medicinskih radnika i prosvetara.	1	0,56
	Postoji mnogo loših poruka.	6	3,35
	Statistički podaci o broju obolelih i umrlih.	13	7,26
	Motivacione poruke.	2	1,12
	Neke izjave političara i zvaničnika.	13	7,26
	Kikinda – srpski Vuhan.	3	1,68
	Razne teorije zavere.	10	5,59
	Izjave pojedinih lekara o banalnosti virusa.	7	3,91
	Ne čitam i ne slušam loše poruke.	7	3,91
	Mediji stvaraju paniku i strah.	4	2,23
	Nepoštovanje propisanih mera.	4	2,23
	Svaka poruka vezana za Covid-19.	2	1,12
	Ostali odgovori	16	8,94
	Bez odgovora	11	6,14
Ukupno 179 ispitanika (100%)			

Rezultati prikazani u Tabeli 10 upućuju da je najveći broj (26 ispitanika, odnosno 14,52%) odgovorilo da najveću paniku kod građana izazivaju poruke, tj. lažne informacije vezane za 24-časovnu zabranu kretanja, nestanak namirnica, neopremljenost bolnica, dok je 19 (10,61%) ispitanika navelo da je to da se „približavamo italijanskom i španskom scenariju”. Najmanji broj, 2 (1,12%) ispitanika, navelo je da je to svaka poruka vezana za Covid-19, dok je isti broj (2 ispitanika odnosno 1,12%) navelo da su to upravo motivacione poruke.

U Tabeli 11 dat je kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem *Navedite neku svoju ličnu, afirmativnu, motivacionu poruku koju biste želeli da podelite sa drugima.*

Tabela 11: Kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem „Navedite neku svoju ličnu, afirmativnu, motivacionu poruku koju biste želeli da podelite sa drugima.“

PITANJE OTVORENOG TIP	odgovori	f	%
Navedite neku svoju, ličnu, afirmativnu, motivacionu poruku koju biste želeli da podelite sa drugima.	Poruke optimizma – sve će proći.	42	23,46
	Poruke o zdravlju, da se treba čuvati i pridržavati propisanih mera.	34	18,99
	Ostani kod kuće.	18	10,06
	Religiozne i biblijske poruke.	4	2,23
	Sve ovo oko virusa je čista politika.	1	0,56
	Misli znamenitih ljudi.	5	2,79
	Poruke koje upućuju na zajedništvo i snagu koja nam je potrebna u ovim trenucima.	12	6,70
	Pomozite drugima.	4	2,23
	Poruke vezane za promišljanje o sebi, porodici, ispunjenosti... rad na sebi.	24	13,41
	Ostali odgovori.	19	10,61
	Ne znam.	1	0,56
	Nemam poruku.	6	3,35
	Bez odgovora	9	5,03
Ukupno 179 ispitanika (100%)			

Uvidom u Tabelu 11 uočavamo da je 42 (23,46%) ispitanika navelo poruke čije su sadržine optimistične u smislu da će sve ovo proći, zatim 34 (18,99%) je navelo poruke o zdravlju i pridržavanju propisanih mera, a 24 (13,41%) poruke vezane za promišljanje o sebi, porodici,

ispunjenosti i rad na sebi. Najmanji broj ispitanika, odnosno 1 (0,56%), je odgovorio da je sve oko virusa „čista politika“. Dobijeni nalazi pokazuju da su ispitanici optimistični u vezi nastale situacije izazvane pandemijom Covid-19 i smatraju da će ubrzo proći. Ukazuju na neophodnost brige o zdravlju. Takođe, ispitanici vide vreme provedeno kod kuće kao priliku za promišljanje i rad na sebi.

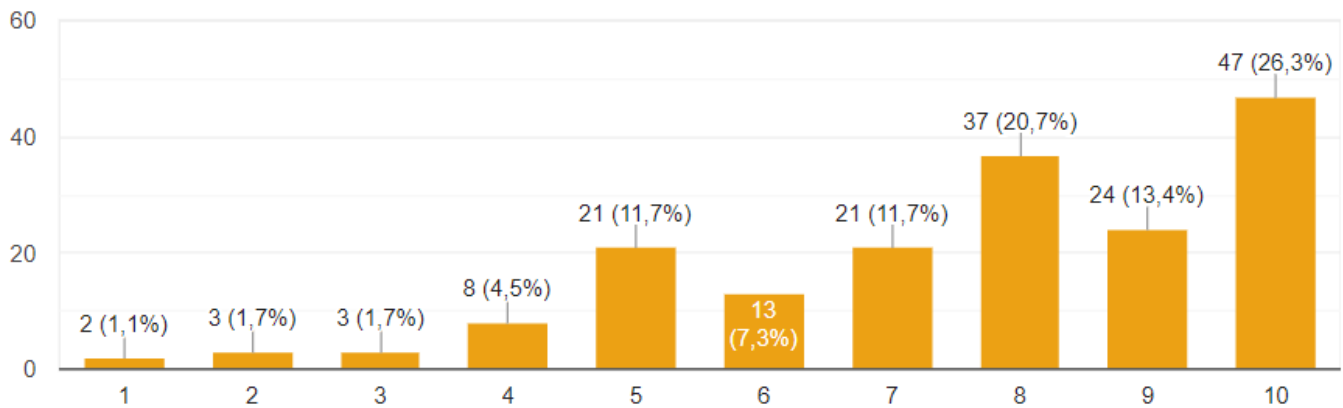
Tabela 12 daje kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem *Navedite koji su vam prioriteta u uslovima života tokom vanrednog stanja.*

Tabela 12: Kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem „Navedite koji su Vam prioriteta u uslovima života tokom vanrednog stanja.“

PITANJE OTVORENOG TIPA	odgovori	f	%
Navedite koji su Vam prioriteta u uslovima života tokom vanrednog stanja.	Porodica i zdravlje.	114	63,69
	Fizička aktivnost.	6	3,35
	Ostati smiren i opušten.	4	2,23
	Snabdevanje, kako za svoju porodicu, tako i za one koji ne mogu da izlaze i pomoć drugima.	6	3,35
	Higijena i bezbednost.	7	3,91
	Ispunjeno vreme.	9	5,03
	Učenje i rad na sebi.	27	15,08
	Bez određenih prioriteta.	3	1,68
	Bez odgovora.	3	1,68
Ukupno 179 ispitanika (100%)			

Pregledom dobijenih nalaza prikazanih u Tabeli 12 uviđamo da je najveći broj (114 ispitanika, odnosno 63,69%) odgovorilo da su im prioriteta porodica i zdravlje, dok je za 27 (15,08%) ispitanika to učenje i rad na sebi. Najmanji broj ispitanika (3, odnosno 1,68%) odgovorilo je da nema prioriteta i 3 (1,68%) nije odgovorilo na ovaj ajtem. U situaciji kada ljudima širom planete preta opasnost od virusa, nije iznenađujuće da su prioriteta ispitanika upravo porodica i očuvanje zdravlja, kako sopstvenog tako i članova porodice i bliskih ljudi.

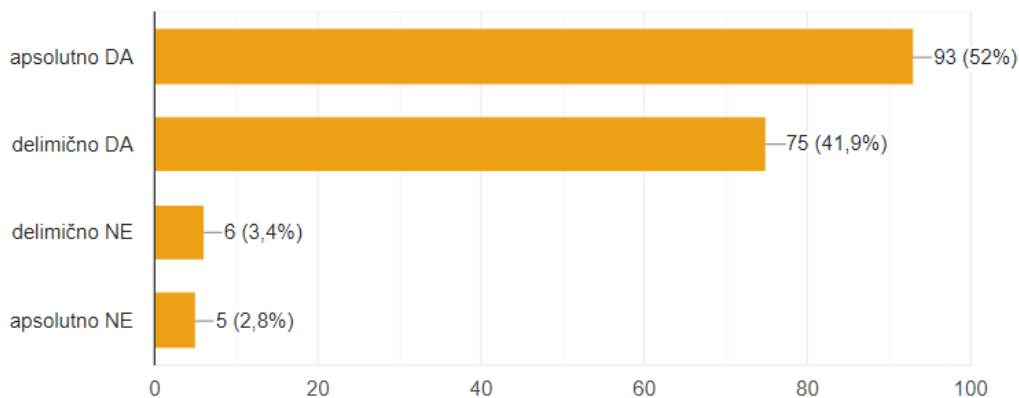
Sledeće što nas je zanimalo bila je samoprocena ispitanika o adaptaciji na vanredno stanje. Na skali od 1 (nisam se adaptirao/la) do 10 (adaptirao/la sam se) studenti su procenili koliko su se adaptirali na vanredno stanje. Distribucija odgovora samoprocene pokazuje da se najveći broj ispitanika (47, odnosno 26,3%) adaptirao na vanredno stanje, a svega 2 ispitanika se nije adaptiralo. Podaci imaju tendenciju da se grupišu oko srednje vrednosti od 7,60 koliko iznosi aritmetička sredina.



Grafikon 12: Samoprocena adaptacije na vanredno stanje na skali od 1 (nisam se adaptirao/la) do 10 (adaptirao/la sam se)

Dobijeni nalazi (Grafikon 12) ukazuju na to da su se ispitanici, studenti Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi, dobro adaptirali na kriznu situaciju u izmenjenim uslovima izazvanim uvođenjem vanrednog stanja, usled širenja virusa korona. Nove situacije zahtevaju angažovanje složenih kapaciteta za prilagođavanje promenama kao i udaljavanje od dotadašnjih, uobičajenih navika i izlaženje iz zone komfora. Od ljudi se očekuje uključivanje emocionalnih i socijalnih resursa kako bi se adaptirali na veliki broj novih zahteva u kriznoj situaciji. **Prilagođenost** podrazumeva spremnost osobe da se nosi sa emocijama koje su uzrokovane novim okolnostima i sposobnost da u odnosu na emocije nastavi kvalitetan način života u novim životnim okolnostima (Bašić, 2015). Bašić (ibid.) navodi da su brzina i uspeh prilagođavanja individualni, a dobijeni rezultat nas navodi na zaključak da ispitanici koji u našem istraživanju predstavljaju uzorak iz studentske populacije, predstavljaju zapravo ličnosti koje su već formirane i zrele (budući strukovni vaspitači i budući master strukovni vaspitači) i da imaju razvijene kapacitete za nošenje sa frustracijom kao i razvijene socijalne veštine i životno iskustvo.

U Grafikonu 13 prikazana je distribucija odgovora na pitanje: „Da li su poruke u vezi pandemije i vanrednog stanja koje Škola postavlja na društvene mreže u vreme vanrednog stanja dovoljno ohrabrujuće za Vas?” u kojoj se ističe da se većina ispitanika apsolutno sa tim slaže (93 ispitanika, odnosno 52%), delimično se slaže 75 ispitanika (41,9%), 6 ispitanika (3,4%) se delimično sa tim ne slaže, a 5 ispitanika (2,8%) se apsolutno sa tim ne slaže.



Grafikon 13: Prikaz distribucije odgovora ispitanika na pitanje: Da li su poruke u vezi pandemije i vanrednog stanja koje Škola postavlja na društvene mreže u vreme vanrednog stanja dovoljno ohrabrujuće za Vas?

U TOKU VANREDNOG STANJA ISPITANICIMA NAJVIŠE POMAŽE - ODMAŽE

U Tabeli 13 dajemo prikaz distribucije odgovora ispitanika na pitanje šta im najviše pomaže za vreme vanrednog stanja.

Tabela 13: Distribucija odgovora ispitanika na pitanje šta im najviše pomaže za vreme vanrednog stanja

Najviše mi pomaže za vreme vanrednog stanja	Nimalo	Malo	Umereno	Mnogo
1. Komunikacija sa porodicom.	3 (1,68%)	10 (5,59%)	39 (21,79%)	127 (70,95%)
2. Komunikacija sa prijateljima.	1 (0,58%)	11 (6,15%)	49 (27,37%)	118 (65,92%)
3. Savetovanje sa stručnim licima.	80 (44,69%)	42 (23,46%)	41 (22,91%)	16 (8,94%)
4. Informacije koje dobijam od stručnih lica preko medija.	37 (20,67%)	50 (27,93%)	65 (36,31%)	27 (15,08%)
5. Moje aktivnosti usmerene na pomaganje drugima kojima je pomoć još potrebija.	29 (16,20%)	44 (24,58%)	66 (36,87%)	40 (22,35%)
6. Humor u vidu poruka koje kruže društvenim mrežama.	25 (13,97%)	38 (21,23%)	51 (28,49%)	65 (36,31%)
7. Tapšanje medicinskom osoblju u 20.00 časova.	40 (22,35%)	43 (24,02%)	58 (32,40%)	38 (21,23%)

Distribucija odgovora u Tabeli 13 koja se odnosi na odgovore ispitanika na pitanje šta im najviše pomaže za vreme vanrednog stanja pokazuje da:

- većini ispitanika mnogo pomažu komunikacija sa porodicom (127 ispitanika, odnosno 70,95%); komunikacija sa prijateljima (118 ispitanika, tj. 65,92%) i humor u vidu poruka koje kruže društvenim mrežama (65 ispitanika, odnosno 36,31%);
- najvećem broju ispitanika umereno pomažu: informacije koje dobijaju od stručnih lica preko medija (65 ispitanika, odnosno 36,31%), aktivnosti ispitanika usmerene na pomaganje drugima kojima je pomoć još potrebija (66 ispitanika, tj. 36,87%) i tapšanje medicinskom osoblju u 20.00 časova (58 ispitanika, tj. 32,40%);
- najvećem broju ispitanika (80 ispitanika, odnosno 44,69%) nimalo ne pomaže savetovanje sa stručnim licima, 42 ispitanika (23,46%) smatra da im savetovanje sa stručnim licima malo

pomaže, 41 ispitanik (22,91%) smatra da im to umereno pomaže, dok 16 ispitanika (8,94%) smatra da im to mnogo pomaže.

U Tabeli 14 dajemo prikaz distribucije odgovora ispitanika na pitanje šta im najviše odmaže za vreme vanrednog stanja.

Tabela 14: Distribucija odgovora ispitanika na pitanje šta im najviše odmaže za vreme vanrednog stanja

Najviše mi odmaže za vreme vanrednog stanja	Nimalo	Malo	Umereno	Mnogo
1. Onemogućenost ličnih kontakata sa porodicom.	42 (23,46%)	23 (12,85%)	37 (20,67%)	77 (43,02%)
2. Onemogućenost ličnih kontakata sa prijateljima.	20 (11,17%)	16 (8,94%)	38 (21,23%)	105 (58,66%)
3. Nepostojanje profesionalnog savetovanja sa stručnim licima.	83 (46,37%)	48 (26,82%)	40 (22,35%)	8 (4,47%)
4. Zastrašujuće informacije koje dobijam od lekara preko medija.	47 (26,26%)	59 (32,96%)	46 (25,70%)	27 (15,08%)
5. Neproverene informacije koje dobijam od nestručnih lica i iz neproverenih izvora putem društvenih mreža i putem ličnog kontakta.	46 (25,70%)	51 (28,49%)	33 (18,44%)	49 (27,37%)
6. Moja povremena panika, strah i anksioznost koji me blokiraju u nastojanju da pomognem drugima kojima je pomoć još potrebija.	91 (50,84%)	43 (24,02%)	30 (16,76%)	15 (8,38%)

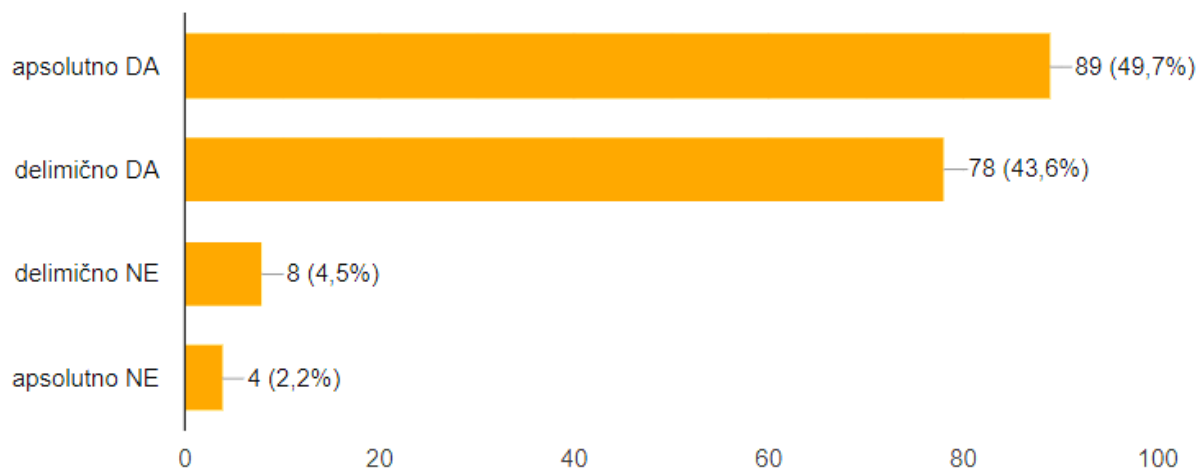
Distribucija odgovora u Tabeli 14 koja se odnosi na odgovore ispitanika na pitanje šta im najviše odmaže za vreme vanrednog stanja pokazuje da:

- većini ispitanika mnogo odmažu nemogućnost ličnih kontakata sa porodicom (77 ispitanika, odnosno 43,02%) kao i nemogućnost ličnih kontakata sa prijateljima (105 ispitanika, odnosno 58,66%);
- najvećem broju ispitanika malo odmažu zastrašujuće informacije koje dobijaju od lekara preko medija (59 ispitanika, odnosno 32,96%), kao i neproverene informacije koje dobijaju od nestručnih lica i iz neproverenih izvora putem društvenih mreža i putem ličnog kontakta (51 ispitanik, tj. 28,49%);
- najvećem broju ispitanika nimalo ne odmaže nepostojanje profesionalnog savetovanja sa stručnim licima (83 ispitanika, odnosno 46,37%) i većini ispitanika (91 ispitanik, odnosno 50,84%) nimalo ne odmaže njihova povremena panika, strah i anksioznost koji bi ih blokirali u nastojanju da pomognu drugima kojima je pomoć još potrebija.

EVALUACIJA ONLAJN NASTAVE U TOKU VANREDNOG STANJA

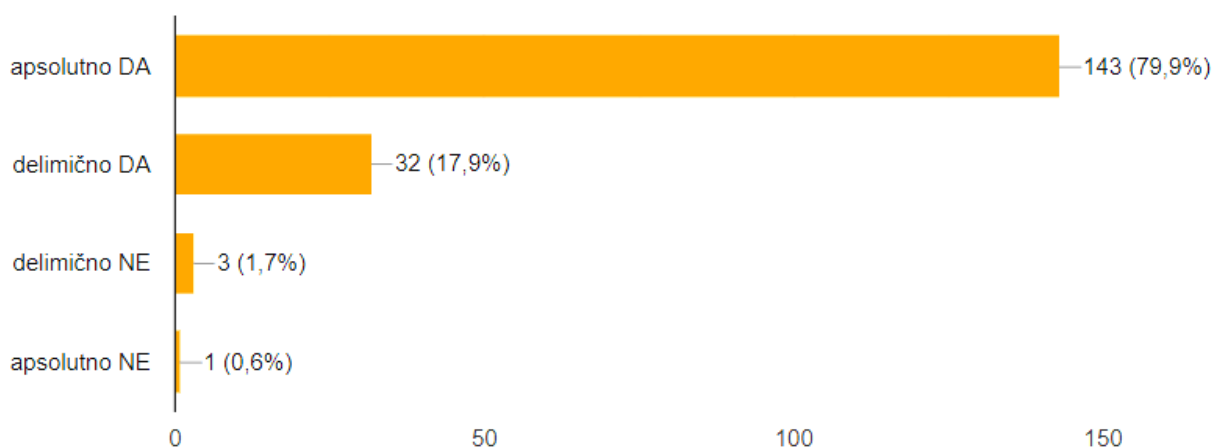
U delu koji sledi dajemo pregled rezultata koji se odnose na evaluaciju onlajn nastave u Visokoj školi strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi.

U Grafikonu 14 prikazana je distribucija odgovora studenata o korisnosti informacija postavljenih na sajtu Škole u delu koji se odnosi na onlajn nastavu, a ona pokazuje da najveći broj ispitanika (89 ispitanika, odnosno 49,7%) apsolutno smatra da su informacije korisne, 78 (43,6%) studenta smatra da su delimično korisne, 8 studenata (4,5%) se delimično ne slaže sa tim da su informacije na sajtu Škole u vezi onlajn nastave korisne i 4 studenta (2,2%) se apsolutno ne slaže sa tim da su informacije na sajtu Škole u vezi onlajn nastave korisne.



Grafikon 14: Distribucija odgovora studenata o korisnosti informacija koje su na sajtu Škole u delu Onlajn nastava

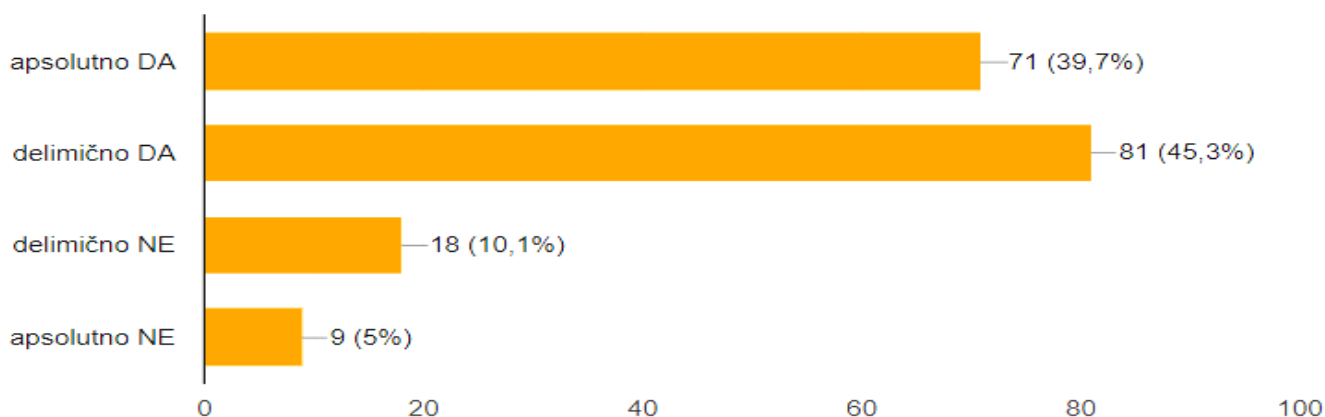
U Grafikonu 15 prikazana je distribucija odgovora studenata o dostupnosti nastavnika i saradnika putem imejla koja pokazuje da većina studenata (143, odnosno 79,9%) smatra da su nastavnici i saradnici apsolutno dostupni, 32 (17,9%) studenta smatra da su im nastavnici i saradnici delimično dostupni putem imejla, 3 (1,7%) studenta se delimično ne slaže sa tim da su im nastavnici i saradnici dostupni putem imejla, a 1 student (0,6%) smatra da nastavnici i saradnici apsolutno nisu dostupni putem imejla.



Grafikon 15: Distribucija odgovora studenata o dostupnosti nastavnika i saradnika putem imejla

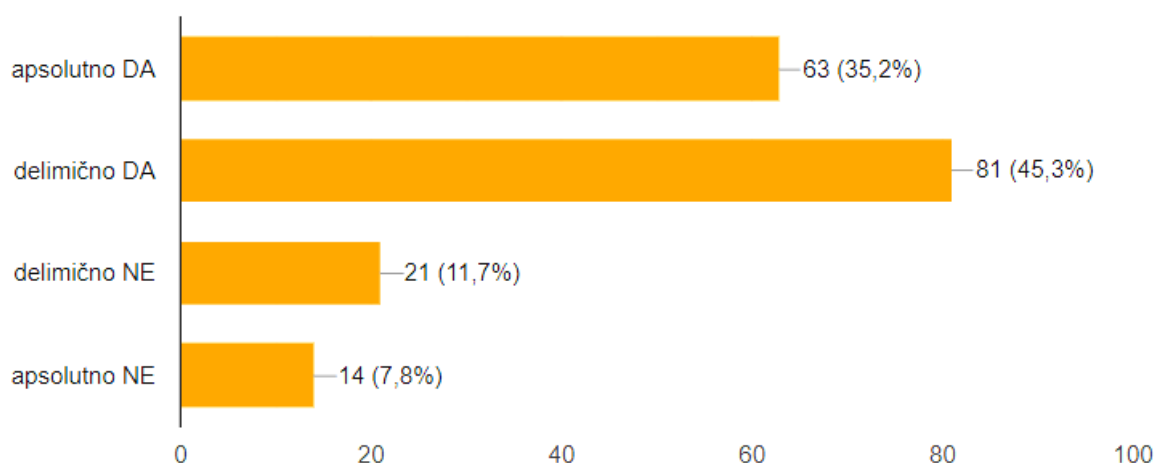
U Grafikonu 16 prikazana je distribucija odgovora studenata koja se odnosi na uspešnost u sticanju predispitnih poena koja pokazuje da najveći broj ispitanika smatra da to delimično uspevaju (81 student, odnosno 45,3%), dok 71 student (39,7%) smatra da apsolutno uspeva da u dovoljnoj meri, putem onlajn nastave, prikupi predispitne poene. Delimično je neuspešno u sticanju predispitnih

poena 18 studenata (10,1%), dok 9 studenata, odnosno 5%, smatra da apsolutno ne uspevaju da u dovoljnoj meri prikupe predispitne poene putem onlajn nastave.



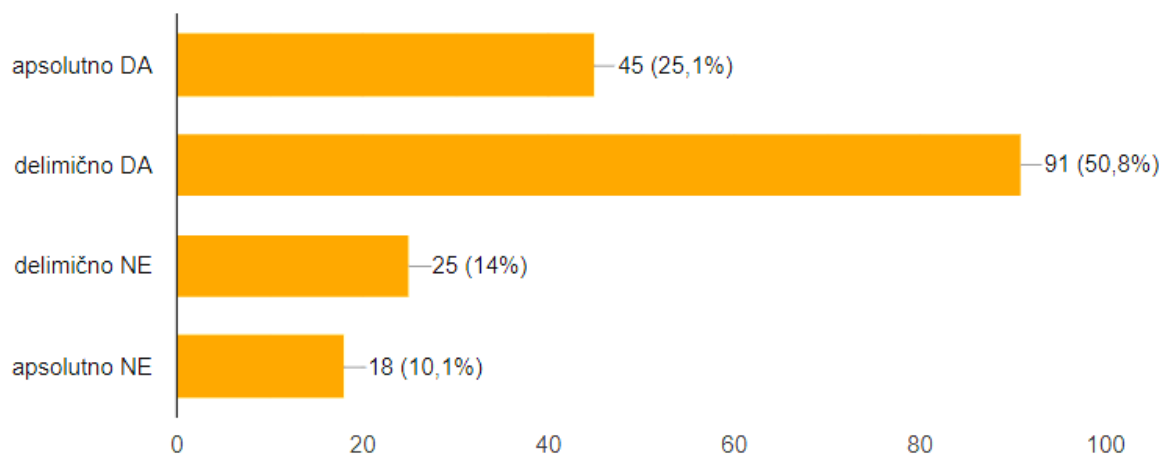
Grafikon 16: Distribucija odgovora studenata o uspešnosti sticanja predispitnih poena putem onlajn nastave

U Grafikonu 17 prikazana je distribucija odgovora studenata koji se odnose na procenu uspešnosti u realizaciji vežbi, seminarskih radova i drugih zadataka predviđenih planom i programom, putem onlajn nastave, koja pokazuje da najveći broj ispitanika to delimično uspeva da uradi (81 student, 45,3%), dok 63 studenta (35,2%) apsolutno uspeva da realizuje vežbe, seminarske radove i druge zadatke predviđene planom i programom. Delimično to ne uspeva 21 student, odnosno 11,7%, dok 14 studenata (7,8%) apsolutno to ne uspevaju.



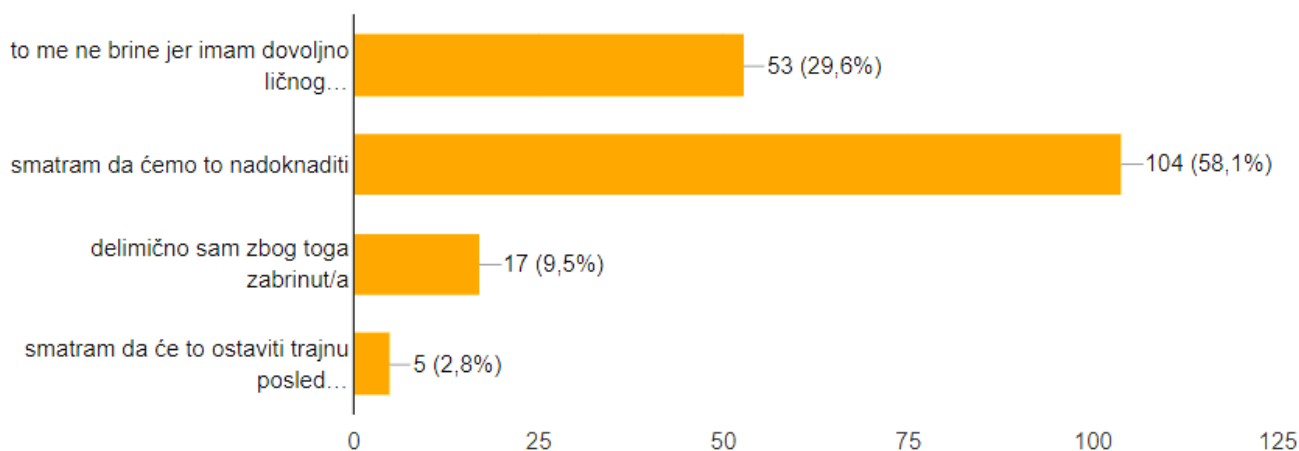
Grafikon 17: Distribucija odgovora studenata o uspešnosti realizacije vežbi, seminarskih radova i drugih zadataka predviđenih planom i programom

U Grafikonu 18 prikazana je distribucija odgovora studenata koji se odnose na procenu uspešnosti savladavanja gradiva predviđenog nastavnim planom i programom putem onlajn nastave u kojoj većina studenata (91 ispitanik, tj. 50,8%) smatra da to delimično uspevaju, dok 45 studenta, odnosno 25,1%, smatra da to apsolutno uspevaju. Delimično ne uspeva 25 ispitanika, odnosno 14% studenata, a apsolutno ne uspeva da putem onlajn nastave savlada gradivo predviđeno nastavnim planom i programom 18 ispitanika, tj. 10,1% studenata.



Grafikon 18: Distribucija odgovora studenata o mogućnosti savladavanja gradiva predviđenog nastavnim planom i programom

U Grafikonu 19 prikazana je distribucija odgovora studenata koji se odnose na njihovu zabrinutost vezanu za nemogućnost realizovanja prakse u predškolskim ustanovama imajući u vidu da im je kao budućim strukovnim i/ili master strukovnim vaspitačima, zbog uvođenja vanrednog stanja, onemogućena praksa u predškolskim ustanovama. Distribucija odgovora pokazuje da većina ispitanika (104 studenata, odnosno 58,1%) smatra da će to uspjeti da nadoknade, dok to ne brine 53 studenta (29,5%) jer imaju dovoljno ličnog iskustva. Dalji rezultati pokazuju da je 17 ispitanika (9,5%) delimično zbog toga zabrinuto, a 5 ispitanika, odnosno 2,8%, smatra da će to ostaviti trajne posledice po njihovo znanje i kompetencije.



Grafikon 19: Distribucija odgovora koji se odnose na zabrinutost vezanu za nemogućnost realizacije prakse u predškolskim ustanovama zbog vanrednog stanja

PREPORUKE STUDENATA KAKO BI ŠKOLA TREBALO DA POSTUPI U OVOJ SITUACIJI I TAKO STUDENTIMA OLAKŠA ČITAVU SITUACIJU

U Tabeli 15 dajemo prikaz distribucije odgovora ispitanika na pitanje otvorenog tipa *Kako Škola može da Vam pomogne da lakše prebrodite ovu kriznu situaciju izazvanu pandemijom – napišite konkretan predlog.*

Tabela 15: Kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na pitanje „Kako Škola može da Vam pomogne da lakše prebrodite ovu kriznu situaciju izazvanu pandemijom – napišite konkretan predlog“.

PITANJE OTVORENOG TIP A	odgovori	f	%
Kako Škola može da Vam pomogne da lakše prebrodite ovu kriznu situaciju izazvanu pandemijom – napišite konkretan predlog.	Škola i učenje pomažu da ne razmišljamo toliko o Covid-19.	6	3,35
	Da „priušti“ povlastice pri polaganju ispita.	3	1,68
	Da smanji školske obaveze studenata	50	27,93
	Škola je učinila sve što je bilo u njenoj mogućnosti.	29	16,20
	Više razumevanja, saradnje i dodatnih objašnjenja od strane nastavnika.	15	8,38
	Pomaže motivacionim porukama.	6	3,35
	Da pruži više edukacije o Covid-19.	1	0,56
	Škola ne može da mi pomogne.	6	3,35
	Da se ukine onlajn nastava.	2	1,12
	Da pruži potrebne informacije oko školskih obaveza.	4	2,23
	Ne znam.	15	8,38
	Da što pre počne sa radom.	3	1,68
	Nema pomoći.	1	0,56
	Pomoć pri sticanju predispitnih poena.	3	1,68
	Da se studenti oslobode plaćanja školarine.	1	0,56
	Organizovanjem onlajn psiholoških radionica	3	1,68
	Pomeranjem ispitnih rokova, izmene oko pisanja i odbrane master radova.	11	6,14
	Ostali odgovori	9	5,03
	Bez odgovora	11	6,14
	Ukupno 179 ispitanika (100%)		

Uvidom u Tabelu 15 uočavamo da je najveći broj ispitanika (50 tj. 27,93%) odgovorio da im Škola može pomoći da prebrode krizu izazvanu pandemijom smanjenjem školskih obaveza – seminarskih radova, eseja i zadataka, a 29 ispitanika (16,20%) smatra da je Škola učinila sve što je bilo u njenoj mogućnosti. Odgovori 15 (8,38%) ispitanika pokazuju da bi im pomoglo više razumevanja, saradnje i

dodatnih objašnjenja od strane nastavnika, a isti broj *ne zna* kako bi im Škola mogla pomoći. Manji broj ispitanika, 3 (1,68%), naveo je da bi im Škola mogla pomoći organizovanjem onlajn psiholoških radionica, a isto toliko ispitanika (3, tj. 1,68%), smatra da bi im pomoglo da Škola što pre počne sa radom, kao i pri sticanju predispitnih poena (3, tj. 1,68%), odnosno da im „priušti” povlastice pri polaganju ispita. Najmanji broj ispitanika (0,56%) je predložio oslobađanje od školarine, potom da bi Škola trebalo da uvede više edukacija na temu Covid-19 i da „nema pomoći”.



Slika 24: „Ko mi nedostaje za vreme pandemije?“, april 2020. godine, devojčica, 7 godina

U Tabeli 16 dajemo prikaz distribucije odgovora ispitanika na ajtem: *Napišite konkretne preporuke za poboljšanje rada Škole u vanrednoj situaciji i kada je onlajn nastava u pitanju.*

Tabela 16: Kvalitativno-kvantitativni prikaz odgovora ispitanika na ajtem „Napišite konkretne preporuke za poboljšanje rada Škole u vanrednoj situaciji i kada je onlajn nastava u pitanju.“

PITANJE OTVORENOG TIP A	odgovori	f	%
Napišite konkretne preporuke za poboljšanje rada Škole u vanrednoj situaciji i kada je onlajn nastava u pitanju.	Zadovoljan/a sam radom nastavnika.	4	2,23
	Smanjenjem obima zadataka	26	14,52
	Jasnijem definisanjem predispitnih obaveza.	8	4,47
	Smatram da je onlajn nastava u redu.	16	8,94
	Više kreativnih i zanimljivijih zadataka, a manje teorije.	4	2,23
	Nemam preporuku	23	12,85
	Onlajn nastava mi ne odgovara.	2	1,12
	Rad škole je dobro organizovan.	32	17,88
	Potrebno je više razumevanja od strane profesora.	12	6,70
	Predlozi za onlajn kolokvijume.	4	2,23
	Staviti akcenat na ispite.	2	1,12
	Staviti veći akcenat na izradu završnih i master radova.	4	2,23
	Obezbediti literaturu u elektronskoj formi na sajtu škole, pristup elektronskoj biblioteci.	8	4,47
	Organizovanjem onlajn psiholoških radionica.	2	1,12
	Video/audio predavanja	3	1,68
	Nemam/ne koristim onlajn nastavu.	4	2,23
	Ostali odgovori	12	6,70
Bez odgovora	13	7,26	
Ukupno 179 ispitanika (100%)			

Uvidom u Tabelu 16 uočavamo da je najveći broj ispitanika (32, odnosno 17,88%) zadovoljan radom Škole, 26 (14,52%) ispitanika kao preporuku navode smanjenje školskih obaveza, 23 (12,85%) nema konkretnu preporuku za poboljšanje rada Škole u vanrednoj situaciji i onlajn nastavu, a 16 ispitanika, odnosno 8,94%, smatra da je onlajn nastava u redu. Manji broj (3 tj. 1,68%) ispitanika smatra da bi trebalo uvesti video ili audio predavanja, dok najmanji broj ispitanika (2, odnosno 1,12%) smatra da treba uvesti onlajn psihološke radionice, a isto toliko ispitanika navodi kao preporuku stavljanje ispita

u fokus rada Škole. Isti broj ispitanika (2, odnosno 1,12%) je naveo da im onlajn nastava uopšte ne odgovara. Zanimljivo je da 13 (7,26%) ispitanika uopšte nije dalo odgovor, odnosno preporuku za unapređenje rada Škole u uslovima vanrednog stanja.

Literatura:

- Bašić, M. (2015). Problem prilagođavanja na novu situaciju. Očitano 20. aprila 2020. Na: <https://www.danas.rs/zivot/problem-prilagodjavanja-na-novu-situaciju/>
- Đurić, B. (2017). Razlike u kognitivnim strategijama prevladavanja stresa kod studenata iz Slovenije i Srbije. *Godišnjak za psihologiju Vol. 14, No 6*, str. 35–48.
- Gerard, A. B. & Reynolds, C. R. (1999). "Characteristics and applications of the Revised Children's Manifest Anxiety Scale", in Maruish, M.E. (ed.) *The use of psychological testing for treatment and planning and outcomes assessment* (2nd edition, Mahwah, Lawrence Erlbaum Associates), pp. 323-340.
- Greenglass, E. (1999). Type A behavior and coping strategies in female and male supervisors. *Applied Psychology: An International Review*, 37, 271–288.
- Schwarzer, R. & Taubert, S. (2002). Tenacious goal pursuits and striving toward personal growth: Proactive coping. V: Frydenberg, E. (ur.): *Beyond coping: Meeting goals, visions and challenges* (str. 19–35). Oxford: Oxford University Press.
- Todorović, J. (2005). *Vaspitni stilovi roditelja i samopoštovanje adolescenata*. Niš: Filozofski fakultet; Prosveta.

*dr Jelena Mićević Karanović, prof.*³³

*dr Vladimir Varađanin, rukovodilac za informacione sisteme i tehnologije*³⁴

*mr Srbislava Pavlov, predavač*³⁵

*dr Angela Mesaroš Živkov, prof.*³⁶

*MA Tanja Brkljač, nastavnik*³⁷

Istraživanje kao deo realizacije projekta daje odgovor na **osnovno istraživačko pitanje**, a to je **da li je krizna situacija izazvala i krizna stanja kod studenata osnovnih i master strukovnih studija u VŠSSOV u Kikindi**. Da bismo odgovorili na ovo pitanje i dopunili nalaze, neophodno je bilo odgovoriti i na druga istraživačka pitanja vezana za protektivne faktore koje studenti koriste, psihološke resurse koje poseduju i koriste kako bi se adaptirali i prebrodili novonastalu, iznenadnu i neočekivanu kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19.

Zanimalo nas je da utvrdimo:

- procenu znanja i informisanosti ispitanika o koronavirusu;
- dominantno emocionalno stanje u toku vanrednog stanja, od emocija prijetnosti do emocija neprijatnosti;
- samoprocenu stepena anksioznosti u toku vanredne situacije izazvane pandemijom Covid-19.

Želeli smo da damo odgovore na sledeća pitanja vezana za vanrednu situaciju:

- kako provode slobodno vreme?
- koje strategije za prevladavanje stresa koriste?
- kakvi su im socijalni odnosi u porodici, lokalnoj samoupravi i sa drugim studentima?
- kakav stav imaju prema zaraženima i/ili obolelima od Covid-19 i njihovim porodicama?
- koliko je izražena empatija, stigmatizacija i diskriminacija zaraženih i/ili obolelih od Covid-19?

Želeli smo da ispitamo samoprocenu opšteg stanja adaptacije kao i da utvrdimo **kvalitet onlajn nastave** u Visokoj školi strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi.

Kada je reč o rezultatima koji se odnose na **znanje i informisanost ispitanika** zaključujemo da **najveći broj ispitanika smatra da su dobro informisani** kada je reč o koronavirusu, kao i da su pravovremeno informisani o broju zaraženih i obolelih. **Većina ispitanika se o koronavirusu informiše putem televizije**, potom preko internet portala, zatim preko društvenih mreža, a najmanji broj ih se informiše putem

³³ E-mail: micevicj@sbb.rs

³⁴ E-mail: varadjaninv@yahoo.com

³⁵ E-mail: srbislavapavlov@yahoo.com

³⁶ E-mail: angelamesaros.zivkov@gmail.com

³⁷ E-mail: tanjabrkljac@gmail.com

štampanih medija. Najveći broj studenata (73,2%) se o *koronavirusu informiše prosečno do jedan sat dnevno*, zatim, od 1 do 2 sata (13,4%), dok se uopšte ne informiše 9,5% ispitanika. Preko 2 sata dnevno informišući se o koronavirusu provede 3,9% ispitanika. Kada je reč o poverenju koje imaju prema informacijama koje dobijaju putem medija, većina studenata, odnosno 63,1%, ima *delimično poverenje u medije*, dok 5,6% ispitanika apsolutno nema poverenje u informacije koje dobija putem medija.

Analizirajući **emocije koje ispitanici dominantno imaju u toku vanrednog stanja**, može se zaključiti da *emocije neprijatnosti dominiraju nad emocijama prijatnosti*. Kada je reč o **emocijama prijatnosti** većina ispitanika (56,98%) *nimalo ne oseća ponos* i najveći broj ispitanika *nimalo ne oseća razdraganost* (37,43%). Najveći broj ispitanika samo *umereno oseća empatiju* (32,96%) i *optimizam* (41,90%). Kada je u pitanju **slab intenzitet emocija neprijatnosti** najveći broj ispitanika se oseća *nesrećno* (37,43%) i *napeto* (30,73%), a kada je u pitanju **umereni stepen izraženosti pojedinih emocija neprijatnosti**, najveći broj ispitanika (35,20%) oseća *uznemirenost*; 36,87% *strah*; 30,73% *nervozu*; *tugu* 31,84%; *zabrinutost* 43,58% i *nemoć* 31,84% ispitanika.

Dalji rezultati pokazuju da najveći broj ispitanika (39,66%) *nimalo ne oseća gnev*; *nimalo ne oseća anksioznost* (43,58%); *nimalo ne oseća pesimizam* (44,13%), dok se većina ispitanika (79,89%) *nimalo ne oseća postićeno*.

Kad je reč o proceni stepena sopstvene anksioznosti, dobijeni rezultati su u skladu sa prethodnim nalazom u kojem je najveći broj ispitanika (43,58%) izjavilo da *nimalo ne osećaju anksioznost*, te se **najveći broj ispitanika uglavnom slaže sa tvrdnjom** *Često me brine nešto loše što može da se desi* (30,17%); **najveći broj ispitanika uglavnom se ne slaže sa sledećim tvrdnjama**: *Čini mi se da drugi lakše obavljaju zadatke od mene* (40,78%) i *Teško mi je da se koncentrišem na predispitne obaveze* (57 ispitanika, tj. 31,84%). **Najveći broj ispitanika uopšte se ne slaže sa sledećim tvrdnjama**: *Sve vreme brinem* (31,28%); *Plašim se mnogih stvari* (40,78%); *Veoma sam umoran/a* (43,02%) i *Moja osećanja se lako povrede kada sam uznemiren/a* (29,61%). **Većina ispitanika se uopšte ne slaže sa sledećim tvrdnjama**: *Često imam problem da dođem do daha* (69,83%); *Teško mi je da zaspim uveče* (50,84%); *Osećam se usamljeno i kada sam okružen/a drugim ljudima* (62,01%); *Često osećam mučninu u stomaku* (67,60%); *Sanjam ružne snove* (56,42%); *Ponekad se probudim preplašen/a* (62,01%) i *Brinem kada uveče idem na spavanje* (52,51%).

Uvidom u deskriptivan prikaz **ponašanja ispitanika u toku vanrednog stanja** i uvidom u to kako **provode slobodno vreme**, zaključujemo da većina ispitanika slobodno vreme najčešće provodi tako što se *pridružuje ukućanima u realizaciji kućnih obaveza* (61,45%); većina ispitanika *nimalo ne provodi vreme sa prijateljima* (63,12%); većina je umereno *posvećena učenju* (52,51%); najveći broj ispitanika

umereno čita knjige koje ne pripadaju stručnoj literaturi (36,31%) i najveći broj ispitanika (43,02%) slobodno vreme provodi najčešće na društvenim mrežama.

Kada je reč o **aktivnostima ispitanika za vreme pandemije**, rezultati pokazuju da najveći broj ispitanika (35,20%) *pasivno provodi vreme* u toku pandemije („Ležim, gledam TV, serije, filmove, slušam muziku”), zatim, najveći broj ispitanika (48,60%) se *nimalo ne pridružuje volonterskim akcijama* pružanja pomoći starijima i ugroženima, dok se tim akcijama veoma mnogo pridružuje 7,82% ispitanika. Većina ispitanika najviše se *pridružuje ukućanima u realizaciji kućnih obaveza* (63,69%) i većina ispitanika (50,84%) je *umereno posvećena učenju i čitanju*. Najveći broj ispitanika (34,64%) smatra da je umereno *fizički aktivna* u uslovima koje ima; najveći broj ispitanika *ne donira novac i/ili druge potreštine* onima kojima je to potrebnije (37,99%), 62 ispitanika, tj. 34,64% to čini u manjem stepenu, 37 ispitanika, odnosno 20,67% to čini u umerenom stepenu, a u veoma izraženom stepenu to čini 12 ispitanika, tj. 6,70%.

Kada je reč o **strategijama koje ispitanici najčešće koriste za prevladavanje stresa**, ulaganja napora za redukovanje i/ili toleranciju spoljašnjih i unutrašnjih zahteva koji se pred studente postavljaju, dobijeni rezultati pokazuju da: većina ispitanika (58,66%) *uvek koristi proaktivnu strategiju u prevladavanju stresa*; većina ispitanika (54,19%) *uvek koristi* strategiju koja se odnosi na *reflektivno prevladavanje stresa*; većina ispitanika (58,10%) *uvek manifestuje strateško planiranje u prevladavanju stresa*; većina ispitanika (57,54%) *ponekad koristi* strategiju *preventivnog prevladavanja stresa*; većina ispitanika (58,10%) *ponekad koristi strategiju instrumentalne podrške*; najveći broj ispitanika (47,49%) *ponekad koristi strategiju emocionalne podrške*; većina ispitanika (50,84%) ponekad koristi *izbegavanje* kao strategiju.

Kada je reč o **socijalnim odnosima u porodici za vreme vanrednog stanja**, većina ispitanika (53,1%) smatra da su ti odnosi *nepromenjeni*, 44 ispitanika (24,6%) smatra da su *delimično bolji*, 32 ispitanika (17,9%) je procenilo da su *mnogo bolji*, a 8 ispitanika (4,5%) smatra da su odnosi u porodici *lošiji* nego što su bili pre vanrednog stanja.

Uvidom u dobijene rezultate kada je reč o **proceni emocionalnih interakcija u porodicama ispitanika** u vreme vanrednog stanja, zaključujemo da većina ispitanika (109 ispitanika, odnosno 60,9%) smatra da su ti odnosi *isti kao i pre*, 36 ispitanika (20,1%) je odgovorilo da su se još *više zbližili* unutar porodice, 29 ispitanika (16,2%) smatra da se *podržavaju više nego ikada*, a 5 ispitanika (2,8%) je odgovorilo da se *međusobno izbegavaju u porodici*, u toku vanrednog stanja.

Na pitanje o tome da li u **lokalnoj zajednici** u kojoj ispitanici žive **postoje centri za podršku u vanrednim situacijama i ljudima koji su u izolaciji**, dobijeni rezultati pokazuju da kod najvećeg broja ispitanika (39,7%) takvi *centri postoje i ispitanici smatraju da ih je dovoljno*, 66 ispitanika

(36,9%) *nije upoznato sa tim*, 30 ispitanika (16,8%) smatra da *postoje ali da ih je nedovoljno* i 12 ispitanika (6,7%) je izjavilo da *takvi centri ne postoje*.

Distribucija odgovora ispitanika kada je reč o **proceni njihovog odnosa sa drugim studentima i studentkinjama** tokom vanrednog stanja pokazuje da je većina ispitanika (62,6%) izjavila da su ti *odnosi isti kao i pre*, 33 ispitanika (18,4%) smatra da se *podržavaju više nego ikada*, 31 ispitanik (17,3%) smatra da *su se zblížili*, a 3 ispitanika (1,7%) je izjavilo da *se izbegavaju*.

Distribucija odgovora vezanih za **odnos ispitanika prema zaraženima i/ili obolelima od koronavirusa** pokazuje da većina ispitanika (84,9%) *duboko saoseća sa zaraženima ili obolelima od koronavirusa*. Potom sledi *ravnodušnost* kod 17 ispitanika (9,5%), zatim, 9 ispitanika (5%) je izjavilo da *ne poznaju nikog ko je zaražen te da ih zbog toga nije ni briga* i 1 ispitanik (0,6%) smatra da je *to daleko od njega i da ga to ne dotiče*.



Slika 25: „Moja maska u vreme pandemije“, april 2020. godine, dečak, 6 godina

Distribucija odgovora vezanih za **odnos ispitanika prema porodicima u kojoj ima zaraženih i/ili obolelih od koronavirusa** pokazuje da većina ispitanika (67%) smatra da *to svakome može da se dogodi pa i njemu-njoj*, zatim, 50 ispitanika, odnosno 27,9%, smatra da *ih ne treba stigmatizovati niti diskriminisati*, potom, 5 ispitanika odnosno 2,8% smatra da *ih treba izbegavati* i 4 ispitanika (2,2%) smatra da *ih treba nekako obeležiti*, da svi znaju ko su, odnosno *stigmatizovati*.

Kada je reč o **samoproceni opšteg stanja adaptiranosti i potreba ispitanika** za vreme vanrednog stanja, uvidom u deskriptivan prikaz (kvantifikacijom kvalitativnih podataka i analizom sadržaja odgovora na pitanja otvorenog tipa) rezultata koji se odnose na to šta ispitanicima **najviše nedostaje da rade dok traje vanredno stanje zbog pandemije Covid-19** zaključujemo da najvećem broju ispitanika, njih 94 (52,51%), *nedostaje druženje sa bliskim ljudima – rodbinom, prijateljima, kolegama i koleginicama sa fakulteta i dečkom odnosno devojkom*, zatim *kretanje i boravak u prirodi* (38 ispitanika,

odnosno 21,23%), 19 ispitanika (10,61%) izjavilo je da im *nedostaju obaveze, posao i privređivanje*, 6 (3,35%) ispitanika izjavilo je da im *nedostaje mogućnost obavljanja svakodnevnih aktivnosti*, 6 (3,35%) ispitanika navodi da im *nedostaju izlasci u grad*, 6 (3,35%) ispitanika navodi *nemogućnost bavljenja sportom/folklorom*, 4 (2,23%) *nedostatak slobode*, 3 (1,67%) *nemogućnost rada sa decom*, 2 (1,12%) *ništa posebno ne nedostaje*, a 1 (0,56%) ispitaniku *nedostaje mogućnost dolaženja do stručne literature*.

Kada je reč o odgovorima na pitanje ***šta će prvo uraditi kada se završi vanredno stanje***, zaključujemo da je većina ispitanika 98 (54,75%) navela da će se *prvo videti i družiti sa dragim i bliskim osobama*, a 30 (16,76%) ispitanika je odgovorilo da će *izaći u prirodu i šetnju*, 21 (11,73%) ispitanik će *uraditi nešto što im puno znači* (izaći u kafić/restoran, otići na put, u šoping...), 14 (7,82%) *nisu razmišljali o tome*, 11 (6,14%) će se *vratiti poslu i obavezama*, 3 (1,67%) će *biti obazrivi i nakon završetka pandemije*, 1 (0,56%) će *dati otkaz zbog lošeg tretiranja zaposlenih tokom vanrednog stanja* i 1 ispitanik (0,56%) će *otići u crkvu i zapaliti sveću za sve one koji su izgubili život tokom pandemije*.

Analizirajući odgovore ispitanika na pitanje ***da li i koje je njihove stavove promenilo vanredno stanje izazvano pandemijom Covid-19***, konstatujemo da je najveći broj ispitanika, njih 85 (47,49%), odgovorilo da im *pandemija nije promenila stavove*, a 34 (18,99%) ispitanika je odgovorilo da su to *stavovi vezani za život i prioritete*, 10 (5,59%) ispitanika je odgovorilo da su to *stavovi vezani za važnost zdravlja*, 10 (5,59%) *ne zna ili nije dalo odgovor*, 8 (4,47%) ispitanika je odgovorilo da je to *razočaranost u ljude*, 7 (3,91%) ispitanika je odgovorilo da su to *stavovi vezani za važnost porodice*, 6 (3,35%) navodi da su to *politički stavovi*, 5 (2,79%) je navelo da je *promenilo dosta stavova*, 4 (2,23%) da su to *stavovi vezani za školovanje i obaveze oko studiranja u pozitivnom smislu*, 4 (2,23%) je navelo da su to *nepoverljivost, nervoza i strah*, 3 (1,68%) *važnost fizičkog vežbanja i rada na sebi* i 3 (1,68%) ispitanika da su to *stavovi o važnosti „običnih” stvari*.

Analizirajući odgovore na ajtem ***Navedite najboljšu i najafirmativniju motivacionu poruku koju ste preko medija čuli, pročitali, a tiče se preporuka kako bismo očuvali psihofizičko zdravlje i kako bismo zaštitili sebe i druge*** zaključujemo da je većina ispitanika, njih 90 (50,28%), navelo poruku *„Ostani kod kuće”* i poruke koje *podstiču empatiju i brigu o drugima*, 29 (16,20%) ispitanika je navelo *motivacione poruke iz oblasti popularne psihologije, misli filozofa i duhovnika*, 24 (13,41%) ispitanika je navelo da ih *nema ili ih nisu zapazili*, 17 (9,50%) ispitanika je navelo poruke koje *podstiču optimizam i nadu da će sve brzo proći*, 7 (3,91%) ispitanika *nije navelo nijednu poruku*, 6 (3,35%) ispitanika je navelo da ima *puno loših poruka u medijima*, a 3 (1,68%) da ih *motivacione uopšte poruke ne zanimaju*.

Kada je reč o odgovorima na ajtem ***Navedite najlošiju poruku, po Vama, koju ste preko medija čuli, pročitali, a za koju smatrate da je dezinformacija ili stvara paniku kod građana*** zaključujemo da je većina ispitanika, njih 26 (14,52%), odgovorila da su to *lažne informacije (preuranjene) vezane za 24-časovnu zabranu kretanja, nestanak namirnica i slično*, 19 (10,61%) ispitanika je navelo da su to

poruke *da se približavamo italijanskom i španskom scenariju*, 18 (10,05%) ispitanika je odgovorilo da *ne zna*, za 13 (7,26%) ispitanika su to *statistički podaci o broju obolelih i umrlih od Covid-19*, za 13 (7,26%) ispitanika su to *neke izjave političara i zvaničnika*, 12 (6,70%) ispitanika je odgovorilo da *nema loših poruka*, 11 (6,14%) ispitanika *nije ništa navelo*, za 10 (5,59%) ispitanika su to *teorije zavere*, za 7 (3,91%) ispitanika su to *izjave pojedinih lekara o banalnosti virusa*, 7 (3,91%) ispitanika *ne čita i ne sluša loše poruke*, za 6 (3,35%) ispitanika *postoji mnogo loših poruka*, za 4 (2,23%) ispitanika *mediji stvaraju paniku i strah*, za 4 (2,23%) ispitanika je to *nepoštovanje propisanih mera*, za 3 (1,68%) ispitanika izjava da je *Kikinda – srpski Vuhan*, 2 (1,12%) ispitanika je navelo *motivacione poruke*, za 2 (1,12%) ispitanika *svaka poruka vezana za Covid-19 je loša*, za 1 (0,56%) ispitanika je to *vredanje političara, medicinskih radnika i prosvetara*. Odgovore 16 (8,94%) ispitanika svrstali smo u kategoriju „ostali odgovori”.

Uvidom u deskriptivan prikaz odgovora ispitanika na ajtem ***Navedite neku svoju ličnu afirmativnu, motivacionu poruku koju biste želeli da podelite sa drugima*** konstatujemo da je većina ispitanika (42, tj. 23, 46%) odgovorila navodeći *poruke optimizma – da će sve ovo proći*, a 34 (18,99%) ispitanika je navelo *poruke o zdravlju, da se treba čuvati i pridržavati propisanih mera*, 24 (13,41%) *poruke vezane za promišljanje o sebi, porodici, ispunjenosti... radu na sebi*, 18 (10,06%) poruke sadržine *ostani kod kuće*, 12 (6,70%) *poruke koje upućuju na zajedništvo i snagu* koja nam je potrebna u ovim trenucima, 9 (5,03%) ispitanika *nije odgovorilo na pitanje*, 6 (3,35%) ispitanika *nema takvu poruku*, 5 (2,79%) ispitanika je navelo *misli znamenitih ljudi*, 4 (2,23%) ispitanika je navelo *poruke religiozne i biblijske sadržine*, 4 (2,23%) ispitanika je navelo *poruke kako treba pomoći drugim ljudima*, 1 (0,56%) ispitanik smatra da je *ovo oko virusa čista politika*, 1 (0,56%) ispitanik je odgovorio da *ne zna*. Odgovore 19 (10,61%) ispitanika smo svrstali u kategoriju „ostali odgovori”.

Kada je reč o ***prioritetima u vezi uslova života tokom vanrednog stanja***, zaključujemo da su najvećem broju ispitanika, 114 (63,69%), prioriteti *porodica i zdravlje*, za njih 27 (15,08%) su to *učenje i rad na sebi*, 9 (5,03%) ispitanika je navelo da je to *ispunjenost vremena*, 7 (3,91%) *higijena i bezbednost*, 6 (3,35%) *fizička aktivnost*, 6 (3,35%) *snabdevanje, kako za svoju porodicu, tako i za one koji ne mogu da izlaze i pomoć drugima*, 4 (2,23%) *da treba ostati smiren i opušten*, 3 (1,68%) ispitanika je navelo da su *bez određenih prioriteta*, a 3 (1,68%) ispitanika *nije dalo odgovor*.

Analiza samoprocene ispitanika o ***adaptaciji na vanredno stanje*** upućuje na zaključak da studenti smatraju da su se dobro adaptirali na postojeću situaciju, jer je prosečan rezultat samoprocene adaptacije 7,60 na skali od 1 do 10.

Analiza distribucije odgovora na pitanje ***da li su poruke u vezi pandemije i vanrednog stanja koje Škola postavlja na društvene mreže u vreme vanrednog stanja dovoljno ohrabrujuće za njih*** navodi na zaključak da većina ispitanika (93 tj. 52%) *apsolutno smatra* da su ohrabrujuće, *delimično se*

sa tim slaže 75 (41,9%) ispitanika, 6 (3,4%) ispitanika *delimično se sa tim ne slaže*, a 5 (2,8%) ispitanika *apsolutno smatra da nisu ohrabrujuće*.

Prikaz distribucije odgovora ispitanika na pitanje **šta im najviše pomaže za vreme vanrednog stanja** pokazuje da većini ispitanika mnogo pomažu *komunikacija sa porodicom (70,95%)*, zatim *komunikacija sa prijateljima (65,92%)* i *humor u vidu poruka koje kruže društvenim mrežama (36,31%)*. Najvećem broju ispitanika umereno pomažu *informacije koje dobijaju od stručnih lica (lekara) preko medija (36,31%)*, *aktivnosti ispitanika usmerene na pomaganje drugima kojima je pomoć potrebija (36,87%)* i *tapšanje medicinskom osoblju u 20.00 časova (32,40%)*. Najvećem broju ispitanika (88 ispitanika, odnosno 44,69%) nimalo ne pomaže *savetovanje sa stručnim licima*, 42 ispitanika (23,46%) smatra da im *savetovanje sa stručnim licima malo pomaže*, 41 ispitanik (22,91%) smatra da im to *umereno pomaže*, dok 16 ispitanika (8,94%) smatra da im to *mного pomaže*.

Distribucija odgovora ispitanika na pitanje šta im **najviše odmaže za vreme vanrednog stanja** pokazuje da većini ispitanika mnogo odmaže *nemogućnost ličnih kontakata sa porodicom (43,02%)*, kao i *nemogućnost ličnih kontakata sa prijateljima (58,66%)*. Najvećem broju ispitanika malo odmažu *zastašujuće informacije koje dobijaju od lekara preko medija (32,96%)*, kao i *neproverene informacije koje dobijaju od nestručnih lica i iz neproverenih izvora putem društvenih mreža i putem ličnog kontakta (28,49%)*. Najvećem broju ispitanika nimalo ne odmaže *nepostojanje profesionalnog savetovanja sa stručnim licima (46,37%)* i većini ispitanika (50,84%) nimalo ne odmaže njihova *povremena panika, strah i anksioznost* koji bi ih blokirali u nastojanju da pomognu drugima kojima je pomoć još potrebija.

Evaluacija onlajn nastave u Visokoj školi strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi pokazuje da, kada je reč o distribuciji odgovora studenata o **korisnosti informacija postavljenih na sajtu Škole u delu koji se odnosi na onlajn nastavu**, najveći broj ispitanika (49,7%) *apsolutno smatra da su informacije korisne*, potom, 43,6% studenata smatra da su *delimično korisne*, 4,5% studenata se *delimično ne slaže sa tim da su informacije na sajtu Škole, u vezi onlajn nastave, korisne* i 2,2% ispitanika se *apsolutno ne slaže sa tim da su informacije na sajtu Škole, u vezi onlajn nastave, korisne*.

Distribucija odgovora studenata o **dostupnosti nastavnika i saradnika putem imejla** pokazuje da većina studenata (79,9%) smatra da su nastavnici i saradnici *apsolutno dostupni*, 17,9% studenata smatra da su im nastavnici i saradnici *delimično dostupni putem imejla*, 1,7% studenata se *delimično ne slaže sa tim da su im nastavnici i saradnici dostupni putem imejla*, a 1 student (0,6%) smatra da nastavnici i saradnici *apsolutno nisu dostupni putem imejla*.

Distribucija odgovora studenata koji se odnose na procenu **uspešnosti u sticanju predispitnih poena** pokazuje da najveći broj ispitanika smatra da to *delimično uspevaju (45,3%)*, dok 71 student (39,7%) smatra da *apsolutno uspevaju* da u dovoljnoj meri, putem onlajn nastave, prikupe predispitne poene.

Delimično je neuspešno u sticanju predispitnih poena 10,1% ispitanika, dok 5% smatra da *apsolutno ne uspevaju* da u dovoljnoj meri prikupe predispitne poene putem onlajn nastave.

Distribucija odgovora studenata koji se odnose na ***procenu uspešnosti u realizaciji vežbi, seminarskih radova i drugih zadataka predviđenih planom i programom, putem onlajn nastave*** pokazuje da najveći broj ispitanika to *delimično uspeva da uradi* (45,3%), dok 35,2% ispitanika *apsolutno uspeva da realizuje* vežbe, seminarske radove i druge zadatke predviđene planom i programom. *Delimično to ne uspeva* 21 student, odnosno 11,7%, dok 7,8% *apsolutno to ne uspeva*.

Distribucija odgovora studenata koji se odnose na ***procenu uspešnosti savladavanja gradiva predviđenog nastavnim planom i programom putem onlajn nastave*** pokazuje da većina studenata (50,8%) smatra da to *delimično uspevaju*, dok 25,1% smatra da to *apsolutno uspevaju*. *Delimično ne uspevaju* 14% studenata, a 18 ispitanika, tj. 10,1% studenata *apsolutno ne uspeva* da putem onlajn nastave savlada gradivo predviđeno nastavnim planom i programom.

Distribucija odgovora studenata koji se odnose na njihovu ***zabrinutost vezanu za nemogućnost realizovanja prakse u predškolskim ustanovama***, imajući u vidu da im je kao budućim strukovnim i/ili master strukovnim vaspitačima zbog uvođenja vanrednog stanja onemogućena praksa u predškolskim ustanovama, pokazuje da većina ispitanika (58,1%) smatra da će to *uspeti da nadoknade*, dok to *ne brine* 29,5% ispitanika jer *smatraju da imaju dovoljno ličnog iskustva*. Dalji rezultati pokazuju da je 9,5% ispitanika *delimično zbog toga zabrinuto*, a 5 ispitanika, odnosno 2,8% smatra da će to *ostaviti trajne posledice po njihovo znanje i kompetencije*.

Uvidom u deskriptivan prikaz ***preporuka studenata***, odnosno u odgovore na pitanje ***kako Škola može da pomogne da lakše prebrode kriznu situaciju izazvanu pandemijom***, konstatujemo da najveći broj ispitanika, njih 50 (27,93%), smatra da im *Škola može pomoći tako što će im smanjiti školske obaveze*, 29 (16,20%) ispitanika smatra da je *Škola učinila sve što je bilo u njenoj moći*, 15 (8,38%) ispitanika smatra da *bi trebalo da bude više razumevanja, saradnje i dodatnih objašnjenja od strane nastavnika*, 15 (8,38%) ispitanika *ne zna šta bi preporučilo*, 11 (6,14%) ispitanika *preporučuje da se pomere ispitni rokovi, da se uvedu izmene oko pisanja i odbrane master radova*, 11 (6,14%) ispitanika *nije odgovorilo*, 6 (3,35%) ispitanika smatra da im *Škola i učenje pomažu da ne razmišljaju toliko o Covid-19*, 6 (3,35%) ispitanika *navodi motivacione poruke*, 6 (3,35%) ispitanika smatra da *Škola ne može da pomogne*, 4 (2,23%) ispitanika smatra da *bi trebalo da se upotpune informacije oko školskih obaveza*, 3 (1,68%) da *Škola treba da priušti povlastice pri polaganju ispita*, 3 (1,68%) ispitanika smatra da *Škola što pre treba da počne sa radom*, 3 (1,68%) ispitanika smatra da *bi trebalo organizovati onlajn psihološke radionice*, 3 (1,68%) ispitanika smatra da *bi Škola trebalo da pomogne pri sticanju predispitnih poena*, 2 (1,12%) ispitanika smatra da *bi trebalo ukinuti onlajn nastavu*, 1 (0,56%) ispitanik smatra da *bi se trebalo više posvetiti edukaciji o Covid-19* i 1 student (0,56%) navodi

da bi *trebalo studente osloboditi plaćanja obaveza*. Odgovore 9 (5,03%) ispitanika smo svrstali u kategoriju „ostali odgovori”.

Kad je reč o **konkretnim preporukama za poboljšanje rada Škole u vanrednoj situaciji i kada je onlajn nastava** u pitanju, zaključujemo da je najveći broj ispitanika, njih 32 (17,88%), *zadovoljno radom Škole*, dok 26 (14,52%) ispitanika *predlaže smanjenje školskih obaveza*, 23 (12,85%) ispitanika *nema konkretnu preporuku*, 16 (8,94%) ispitanika *smatra da je onlajn nastava u redu*, 13 (7,26%) ispitanika *nije odgovorilo*, 12 (6,70%) ispitanika *smatra da je potrebno više razumevanja od strane profesora*, 8 (4,47%) ispitanika *smatra da je potrebno jasnije definisanje predispitnih obaveza*, 8 (4,47%) ispitanika *smatra da bi trebalo omogućiti literaturu u elektronskoj formi i pristup elektronskim bibliotekama*, 4 (2,23%) ispitanika *su zadovoljni radom nastavnika*, 4 (2,23%) *smatra da treba da bude više kreativnih i zanimljivijih zadataka, a manje teorije*, 4 (2,23%) *predlaže onlajn kolokvijume*, 4 (2,23%) *smatra da treba staviti veći akcenat na izradu završnih i master radova*, 4 (2,23%) *nemaju/ne koriste onlajn nastavu*, 3 (1,68%) ispitanika *smatra da bi trebalo organizovati video/audio predavanja*, 2 (1,12%) ispitanika *je odgovorilo da im ne odgovara onlajn nastava*, 2 (1,12%) ispitanika *da treba staviti akcenat na ispite* i 2 (1,12%) ispitanika *smatra da bi trebalo organizovati onlajn psihološke radionice*. Odgovore 12 (6,70%) ispitanika smo svrstali u kategoriju „ostali odgovori”.

Rezimiranjem dobijenih rezultata zaključujemo:

- najveći broj ispitanika *smatra da su dobro i pravovremeno informisani o koronavirusu*, većina ih se *informiše putem televizije*, najveći broj studenata se o koronavirusu dnevno *informiše prosečno do jedan sat* i većina ispitanika *ima samo delimično poverenje u medije*;
- *emocije neprijatnosti dominiraju nad emocijama prijatnosti*, uz umereno izraženo osećanje empatije i optimizma i slab intenzitet emocija vezanih za osećaj nesreće i napetosti, kao i umeren stepen osećaja uznemirenosti, straha, nervoze, tuge, zabrinutosti i nemoći;
- većina ispitanika *slobodno vreme najčešće provodi tako što se pridružuje ukućanima u realizaciji kućnih obaveza* i pasivno provode vreme u toku pandemije i izolacije;
- najčešće strategije za prevladavanje stresa su: *proaktivna strategija, strategija reflektivnog prevladavanja i strateško planiranje u prevladavanju stresa*;
- većina ispitanika *smatra da su socijalni odnosi i emocionalne interakcije u porodici za vreme vanrednog stanja nepromenjeni*;
- kod najvećeg broja ispitanika u lokalnim zajednicama *postoje centri za podršku u vanrednim situacijama* i pomoć ljudima koji su u izolaciji i najveći broj ispitanika *smatra da ih je sasvim dovoljno*;

- većina ispitanika smatra da su njihovi socijalni odnosi sa drugim studentima i studentkinjama tokom vanrednog stanja nepromenjeni;
- većina ispitanika duboko saoseća sa zaraženima ili obolelima od koronavirusa, a kada je reč o odnosu ispitanika prema porodicama u kojima ima zaraženih i/ili obolelih od koronavirusa, većina ispitanika smatra da se to svakome može dogoditi, odnosno ne ispoljavaju diskriminaciju ni stigmatizaciju zaraženih, obolelih, niti njihovih porodica;
- najvećem broju ispitanika nedostaje druženje s bliskim ljudima – rodbinom, prijateljima, kolegama i kolegamicama sa fakulteta i dečkom/devojkom i većina ispitanika je navela da će se prvo videti i družiti sa dragim i bliskim osobama kada se ukine vanredno stanje i prođe pandemija;
- najvećem broju ispitanika pandemija i vanredno stanje nisu promenili stavove;
- većina ispitanika je kao najlepšu i najafirmativniju motivacionu poruku koju su dobili preko medija, a tiče se preporuka za očuvanje psihofizičkog zdravlja i zaštite sebe i drugih, navelo poruku „Ostani kod kuće”;
- kada je reč o najlošijim porukama koje su dobili preko medija i za koje smatraju da su dezinformacija ili da stvaraju paniku kod građana, većina ispitanika je odgovorila da su to lažne informacije (preuranjene) vezane za 24-časovnu zabranu kretanja, nestanak namirnica i sl., kao i poruke vezane za to da se približavamo italijanskom i španskom scenariju... Pojedini su naveli da su to teorije zavere, izjave pojedinih lekara o banalnosti virusa, kao i da je „Kikinda – srpski Vuhan” i druge poruke;
- kada je reč o ličnim afirmativnim i motivacionim porukama koje bi podelili sa drugima, većina ispitanika je navela poruke optimizma, da će sve ovo proći i poruke vezane za zdravlje, te da se treba čuvati i pridržavati propisanih mera;
- kada je reč o prioritetima u uslovima života tokom vanrednog stanja, najvećem broju ispitanika prioriteti su porodica i zdravlje, potom učenje i rad na sebi, ispunjeno vreme, higijena i bezbednost;
- samoprocena adaptacije na vanredno stanje upućuje na zaključak da su se ispitanici dobro adaptirali na postojeću kriznu situaciju, jer je prosečan rezultat 7,60 na skali od 1 do 10;
- većina ispitanika apsolutno smatra da su poruke u vezi pandemije i vanrednog stanja koje Škola postavlja na društvene mreže u vreme vanrednog stanja dovoljno ohrabrujuće;
- većini ispitanika mnogo pomažu komunikacija sa porodicom, zatim komunikacija sa prijateljima i humor u vidu poruka koje kruže društvenim mrežama, dok im najviše odmaže nemogućnost ličnih kontakata sa porodicom i prijateljima;

- kada je reč o evaluaciji onlajn nastave u VŠSSOV, najveći broj ispitanika apsolutno smatra da su informacije na sajtu Škole vezane za onlajn nastavu korisne, da su nastavnici i saradnici dostupni putem imejla, da delimično uspevaju da putem onlajn nastave steknu predispitne poene i realizuju vežbe, seminarske radove i druge zadatke predviđene planom i programom, a većina studenata smatra da delimično uspeva da savlada gradivo predviđeno nastavnim planom i programom putem onlajn nastave;
- kada je reč o zabrinutosti vezanoj za nemogućnost realizovanja prakse u predškolskim ustanovama, distribucija odgovora pokazuje da većina ispitanika smatra da će to uspeti da nadoknade;
- kada je reč o konkretnim preporukama za poboljšanje rada Škole u vanrednoj situaciji i kada je onlajn nastava u pitanju, zaključujemo da je najveći broj ispitanika zadovoljan radom Škole.

Nakon prikaza svih dobijenih rezultata i interpretacije nalaza, zaključujemo da je ***ostvaren osnovni cilj istraživanja*** i da je ispitivanje ***dalo odgovor na osnovno istraživačko pitanje***, a to je ***da krizna situacija nije izazvala krizna stanja kod studenata osnovnih i master strukovnih studija u VŠSSOV u Kikindi***.

Istraživši oblast u kojoj ne postoji dovoljno teorijskih i empirijskih nalaza, ***dali smo odgovore na istraživačka pitanja, objasnili nalaze i to u aktuelnom trenutku, u toku pandemije i vanrednog stanja u Srbiji***.

Ostvareni su i ciljevi projekta koji se odnose na ***osvešćivanje pojedinih aspekata psihičkog stanja studenata u novonastaloj i iznenadnoj kriznoj situaciji***, kao i ***stavova koji mogu da doprinesu ublažavanju najbolnijih i najtežih doživljaja u krizi***.

Date su ***preporuke u vezi pravovremenog i adekvatnog informisanja*** koje mogu da spreče po duševno zdravlje rizične oblike razrešenja krize u situacijama kada se kriza može pretpostaviti, tj. kao vid ***pripreme studenata za potencijalni krizogeni životni događaj***.

Planirani i očekivani rezultati projekta su ostvareni, odnosno dobili smo ***kvantitativno- kvalitativan prikaz distribucije odgovora ispitanika u skladu sa istraživačkim varijablama (socio-demografske, psihodispozicione, socio-psihološke varijable)***; ***uvid u stavove ispitanika prema zaraženima i/ili obolelima od Covid-19 i njihovim porodicama, uvid u stepen zasićenosti stavova ispitanika empatijom i/ili stigmatizacijom; prikaz samoprocene adaptacije na kriznu situaciju i mehanizama sopstvenih protektivnih faktora u suočavanju sa kriznom situacijom; uvid u evaluaciju onlajn nastave u VŠSSOV u Kikindi i dali prikaz preporuka studenata u vezi pitanja kako se adaptirati na pandemiju i proglašeno vanredno stanje u Srbiji***.

Objavljivanje rezultata u ovoj knjizi ima za cilj da informiše javnost jer je pravovremeno i adekvatno informisanje o rizičnim oblicima razrešenja stvarne i/ili potencijalne krize zapravo vid primarne prevencije koja omogućava da se reaguje na adaptaciono primeren i koristan način.

Dobijeni rezultati biće implementirani u vidu novih nastavnih sadržaja koji će se odnositi na prevenciju i zaštitu zdravlja, uz obogaćivanje sadržaja koji već postoje i odnose se na adaptaciju na kriznu situaciju, pre svega u oblasti medicinskih, psiholoških i pedagoških nauka.

Preporuke autora monografije trebalo bi da doprinesu da se studenti, vaspitači, roditelji, ali i predškolska deca što bolje adaptiraju na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19, ali i kada su drugi, slični krizogeni životni događaji u pitanju.



Slika 26: „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april 2020. godine, dečak, 6,5 godina

PSIHOLOŠKI ASPEKTI PANDEMIJE

dr Jelena Mićević Karanović, prof.³⁸

Situacioni kontekst istraživanja

Vanredna situacija izazvana pandemijom Covid-19 opterećuje naše psihičko zdravlje, a zabrinutost i nesigurnost povećavaju se sa svakodnevnim ažuriranjem podataka o infekciji, smrtonosnosti virusa i njegovom približavanju mestima u kojima živimo. Grad Kikinda je prvih dana nakon proglašenja epidemije i uvođenja vanrednog stanja (vanredno stanje u Srbiji je proglašeno 15. 03. 2020.) proglašen za sâm epicentar pandemije i prvo žarište koronavirusa u Srbiji.

Studenti naše škole, između ostalog, morali su da se adaptiraju i na nov način realizacije nastave. Na sajtu Škole (<http://www.vaspitacka.edu.rs/>), u delu *VAŽNO OBAVEŠTENJE*, postavljena je informacija da je u skladu sa odlukom vlade Republike Srbije o proglašenju vanrednog stanja u Srbiji, obustavljena i nastava od ponedeljka, 16. 03. 2020. godine, te da od utorka, 17. 03. 2020. godine počinje nastava na daljinu sa preporukom: *PRATITE SAJT ŠKOLE, A POSEBNO DEO KOJI SE ODNOSI NA ONLAJN NASTAVU!*

Kao grubu sliku opisa krizne situacije u kojoj su se građani Kikinde i naši studenti našli, kao svedočanstvo vremena iz bliske prošlosti (i aktuelnosti u trenutku u kojem se piše ova knjiga), u delu koji sledi dajemo pregled pojedinih naslova, u hronološkom nizu, sa kojima su se građani Kikinde suočili u prvim danima nakon proglašenja pandemije i uvođenja vanrednog stanja:

DATUM OBJAVLJIVANJA od 15. 03. 2020. do 15. 04. 2020.	NASLOV ČLANKA	WEB SAJTOVI I ELEKTRONSKI IZVORI
15. 03. 2020.	Predsednik Vučić proglasio vanredno stanje na teritoriji cele Republike Srbije	https://www.predsednik.rs/lat/predcentar/vesti/predsednik-vucic-predsedavao-sastankom-kriznih-stabova
16. 03. 2020.	Обавештавају се студенти да се према одлуци Владе РС од 16. 03. 2020. године обуставља реализација наставног процеса	http://www.vaspitacka.edu.rs/students/vi ew_ob/6733
17. 03. 2020.	Корона вирус и полицијски час: Шта значи забрана кретања за становништво у Србији	https://www.bbc.com/serbian/cyr/srbija-51936245
17. 03. 2020.	ВАЖНО ОБАВЕШТЕЊЕ ЗА СТУДЕНТЕ ON-LINE НАСТАВА	http://www.vaspitacka.edu.rs/pages/informacije_o_predmetima
17. 03. 2020.	KIKINDA NAJZARAŽENIJI GRAD KORONA VIRUSOM U VOJVODINI: Trojica novoobolelih bili u bliskom kontaktu Od pet pacijenata koji se u Kliničkom	https://www.srbijadanas.com/vesti/drustvo/kikinda-najzarazeniji-grad-korona-virusom-trojica-novoobolelih-bili-u-bliskom-kontaktu-2020-03-17

³⁸E-mail: micevicj@sbb.rs

	centru Vojvodine leče od korona virusa COVID-19, trojica iz Kikinde.	
17. 03. 2020.	POTVRĐENO: Kikinda jedno od tri najveća žarišta korona virusa u Srbiji	https://ilovezrenjanin.com/vesti-zrenjanin/kikinda-jedno-od-tri-zarista-korona-virusa-u-srbiji/
17. 03. 2020.	NOVE MERE U KIKINDI ZBOG KORONE Zatvaraju se kafići, pijace, radnje, rade samo apoteke i prehrambene prodavnice	https://www.blic.rs/vesti/vojvodina/nove-mere-u-kikindi-zbog-korone-zatvaraju-se-kafici-pijace-radnje-rade-samo-apoteke-i/2zbbb3
18. 03. 2020.	Naslovne strane za sredu 18. mart 2020. godine³⁹	https://beta.rs/vesti/drustvo-vesti-srbija/124627-naslovne-strane-za-sredu-18-mart-2020-godine
18. 03. 2020.	U Vojvodini trenutno 12 zaraženih: Žarište u Kikindi	https://www.danas.rs/drustvo/u-vojvodini-trenutno-12-zarazenih-zariste-u-kikindi/
18. 03. 2020.	Кикинда српски Вухан: Највеће жариште короне у Србији има посебне мере	https://rs.sputniknews.com/vesti/202003181122089148-kikinda-srpski-vuhan-najvece-zariste-korona-virus-u-srbiji-ima-posebne-mere-ulice-penzioneri-zarazeni-kol-centar-pomoc-starima/
18. 03. 2020.	Kikinda žarište virusa u Vojvodini, dio građana u izolaciji	https://www.nezavisne.com/novosti/ex-yu/Kikinda-zariste-virusa-u-Vojvodini-dio-gradjana-u-izolaciji/589489
19. 03. 2020.	Kikinda u vanrednom stanju: Izveštaj iz žarišta	https://www.danas.rs/drustvo/kikinda-u-vanrednom-stanju-izvestaj-iz-zarista/
19. 03. 2020.	„Blic“ u poseti Kikindi, jednom od žarišta korone: Skoro sve radnje zatvorene, VIŠE OD 100 LJUDI U IZOLACIJI, među njima i LEKARI	https://www.blic.rs/vesti/drustvo/blic-u-poseti-kikindi-jednom-od-zarista-korone-skoro-sve-radnje-zatvorene-vise-od-100/jvwmgyp
19. 03. 2020.	Snimci iz jednog od najvećih žarišta korona virusa u Srbiji	https://www.telegraf.rs/vesti/srbija/3167564-snimci-iz-jednog-od-najvecih-zarista-korona-virusa-u-srbiji
20. 03. 2020.	Kikinda je jedno od tri najveća žarišta u Srbiji: Ljudi sve oprezniji, bolnicu kontroliše vojska	https://www.novosti.rs/vesti/srbija.73.html:854040-Kikinda-je-jedno-od-tri-najveca-zarista-u-Srbiji-Ljudi-sve-oprezniji-bolnicu-kontrolise-vojska
20. 03. 2020.	KIKINDA ŽARIŠTE KORONE - Policija tera ljude kući	https://direktno.rs/korona/260793/kikinda-zariste-korone-policija-tera-ljude-kuci.html
20. 03. 2020.	Kikinda pod najstrožim mjerama	https://www.dw.com/bs/kikinda-pod-najstro%C5%BEim-mjerama/a-52854227
20. 03. 2020.	Prva žrtva virusa korona u Srbiji, preminuo muškarac iz Kikinde Pedesetdevetogodišnji muškarac iz Kikinde preminuo je od virusa korona	https://www.021.rs/story/Novi-Sad/Vesti/237269/Prva-zrtva-virusa-korona-u-Srbiji-preminuo-muskarac-iz-Kikinde.html

³⁹Blic: „Stariji od 65 u karantinu, noću zabrana kretanja“, o merama koje je donela Vlada u borbi protiv korona virusa u Srbiji.

DANAS: „Policijski čas od 20 sati do pet ujutru“, o merama Vlade u borbi protiv korona virusa u Srbiji.

21. 03. 2020.	Od sutra policijski čas od 17 časova – Kikinda Online News	http://kikindanews.rs/2020/03/21/
22. 03. 2020.	Ovako izgleda Kikinda tokom strašne epidemije: Poštujemo pravila, pomažemo se i nismo srpski Vuhan Prva žrtva korona virusa je iz ovog grada, koje je postalo jedno od najvećih žarišta u Srbiji	https://www.telegraf.rs/vesti/srbija/3168552-ovako-izgleda-kikinda-tokom-strasne-epidemije-postujemo-pravila-pomazemo-se-i-nismo-srpski-vuhan
23. 03. 2020.	Korona je u pohod smrti krenula iz Kikinde Prvi smrtni slučaj u Srbiji od virusa COVID-19 zabilježen je u Banatu, gdje je stranačka utakmica bila važnija od epidemije	http://balkans.aljazeera.net/blog/korona-je-u-pohod-smrti-krenula-iz-kikinde
24. 03. 2020.	Kako izgleda život u Kikindi, jednom od žarišta koronavirusa	(https://www.rts.rs/page/stories/sr/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%81/story/3148/zivot-u-vreme-pandemije/3900755/koronavirus-zariste-kikinda-srpski-vuhan.html)
1. 04. 2020.	Kikinda - nazivaju je "srpskim Vuhanom", ali zapravo se radi o jednom prelepom gradu	https://www.telegraf.rs/putovanja/ja-volim-srbiju/3171726-kikinda-nazivaju-je-srpskim-vuhanom-ali-zapravo-se-radi-o-jednom-prelepom-gradu
12. 04. 2020.	Kako je preminuo nulti pacijent u Srbiji? Imao bubrežni napad, posle 12 sati lekari shvatili da ima korona virus, a onda je umro	https://www.novosti.rs/vesti/naslovna/drustvo/aktuelno.290.html:858993-Kako-je-preminuo-nulti-pacijent-u-Srbiji-Imao-bubrezni-napad-posle-12-sati-lekari-shvatili-da-ima-korona-virus-a-onda-je-umro
13. 04. 2020.	Први пацијент у Кикинди имао бубрежни напад, после 12 х лекари схватили да има корона вирус. Умро је	https://naslovi.net/cir/2020-04-12/telegraf/prvi-pacijent-u-kikindi-imao-bubrezni-napad-posle-12-h-lekari-shvatili-da-ima-korona-virus-umro-je/25241552
14. 04. 2020.	Vučić potvrdio: Deca sa autizmom mogu u šetnju u bilo koje vreme	https://www.blic.rs/vesti/drustvo/vucic-potvrdio-deca-sa-autizmom-mogu-u-setnju-u-bilo-koje-vreme/3phb3zs
14. 04. 2020.	U kovid ambulanti u Kikindi 15-ak pregleda dnevno	http://tvrubin.rs/u-kovid-ambulanti-u-kikindi-15-ak-pregleda-dnevno/
15. 04. 2020.	U severnom Banatu 34 obolele od korona virusa	http://tvrubin.rs/u-severnom-banatu-34-osobe-obo-bolele-od-korona-virusa/
15. 04. 2020.	U ŠETNJU MOGU I ZA VREME POLICIJSKOG ČASA Odluka o dozvoli za izlazak za decu sa autizmom PROŠIRENA na sve osobe sa smetnjama u razvoju	https://www.blic.rs/vesti/drustvo/u-setnju-mogu-i-za-vreme-policijskog-casa-odluka-o-dozvoli-za-izlazak-za-decu-sa/d4r8n6e

Da rezimiramo hronološki poređane naslove, ne ulazeći u analizu sadržaja tekstova, jer ih ovom prilikom samo navodimo kao *svedočanstvo vremena*, obuhvatajući period od 15. marta 2020. godine,

kada je proglašeno vanredno stanje, do 15. aprila 2020. godine, kada je završeno naše istraživanje (onlajn istraživanje trajalo od 10. do 15. aprila 2020).

Rezime činjenica i pojedinih naslova:

- 15. 03. 2020. U Srbiji je proglašeno vanredno stanje;
- 16. 03. 2020. Obustava nastave na svim nivoima, tako i u VŠSSOV u Kikindi;
- 17. 03. 2020. U VŠSSOV u Kikindi počinje onlajn nastava;
- 17. 03. 2020. „Kikinda najzaraženiji grad“; „Kikinda jedno od tri najveća žarišta korona virusa u Srbiji“;
- 18. 03. 2020. „Kikinda srpski Vuhan“;
- 18. 03. 2020. Uveden policijski čas na teritoriji Republike Srbije;
- 19. 03. 2020. „Kikinda u vanrednom stanju: Izveštaj iz žarišta“;
- 20. 03. 2020. „Kikinda je jedno od tri najveća žarišta u Srbiji: Ljudi sve oprezniji, bolnicu kontroliše vojska“; „Prva žrtva virusa korona u Srbiji, preminuo muškarac iz Kikinde“;
- 23. 03. 2020. „Korona je u pohod smrti krenula iz Kikinde“;
- 12. 04. 2020. „Kako je preminuo nulti pacijent u Srbiji?“ (iz Kikinde).

Do sredine aprila, popuštaju senzacionalistički naslovi i informisanje se više svodi na akcije koje se objavljuju u lokalnim medijima:

- 15. 04. 2020. „U Kovid ambulanti u Kikindi 15-ak pregleda dnevno“; „U severnom Banatu 34 obolele od korona virusa“.

Činjenica je i da je 18. marta 2020. godine uveden policijski čas, najpre kao zabrana kretanja od 20.00 časova svaki dan, dok je apsolutno zabranjen izlazak na ulicu svim licima starijim od 65 godina, a u seoskim i manjim sredinama, starijima od 70 godina. Potom je policijski čas produžen, radnim danima počinjao je ranije, od 17.00 časova, a vikendom i od 15.00. Najduži policijski čas od 60 sati je trajao od petka, 10. 04. 2020. od 17.00 časova do ponedeljka, 13. 04. 2020. do 05.00 sati.⁴⁰, a to je period kada su vernici katoličke veroispovesti ove godine obeležavali Uskrs.

Indikativno za našu temu je i menjanje odluke o izlaženju dece sa posebnim potrebama i to dva puta u toku dana (14. 04. 2020.: „deca sa autizmom moći će da izlaze u šetnju u bilo koje vreme, kaže predsednik Srbije Aleksandar Vučić. On kaže da je isprva doneta odluka da mogu da izlaze sa roditeljima od 18 do 20 sati promenjena, i da po novoj odluci mogu da izlaze kada god hoće“ (www.blic.rs/vesti/drustvo/vucic-potvrdio-deca-sa-autizmom-mogu-u-setnju-u-bilo-koje-vreme/3phb3zs). Samo nekoliko sati nakon te već promenjene odluke, doneta je još jedna (15. 04. 2020.): „Odluka o dozvoli za izlazak za decu sa autizmom PROŠIRENA na sve osobe sa smetnjama u

⁴⁰To je period koji upravo obuhvata period našeg istraživanja koje trajalo od 10. 04. 2020. do 15. 04. 2020.

razvoju“ (<https://www.blic.rs/vesti/drustvo/u-setnju-mogu-i-za-vreme-policijskog-casa-odluka-o-dozvoli-za-izlazak-za-decu-sa/d4r8n6e>).

Analiza bitnih događaja i pojedinih naslova od 16. do 30. aprila 2020. pokazuje da je oboren prethodni rekord najdužeg policijskog časa koji podrazumeva potpunu obustavu kretanja, odnosno uveden je 84-časovni policijski čas od petka, 17. 04. 2020. od 17.00 do utorka, 21. 04. 2020. do 5.00 sati⁴¹, uz napomenu da je to period kada su vernici pravoslavne veroispovesti ove godine obeležavali Uskrs.



Slika 27: Slobodna tema, april 2020. godine, dečak, 6 godina

Analizirajući bitne događaje u navedenom periodu, kao i same naslove koje su objavili pojedini mediji, nužno se nameće tema koja se odnosi na *infodemiju*.

Info(pan)demija

U vremenu ozbiljne i globalne krize javnog zdravlja, činjenice su najvažnije, a laži opasnije nego ikad. Radi se o hiljadama i hiljadama ljudi koji će, na osnovu verovanja pokupljenih sa društvenih mreža ili tabloida da je ovo „veštački“ i „geopolitički“ proizvedena pandemija, komotno šetati unaokolo, kijati, kašljati i nedezinfikovano pipati, jer „ima ko o tome vodi računa“. Uz pandemiju koronavirusa, ljudska vrsta prinuđena je da se bori i protiv tzv. *infodemije*, odnosno sa medijskom epidemijom neistina, dezinformacija i lažnih vesti. Na ovo je još u februaru upozorio i direktor Svetske zdravstvene organizacije (SZO) lično, doktor Gebresejus (Kišjuhas, 2020), eksplicitno upozoravajućim rečima: „Lažne vesti šire se brže i lakše od virusa, i podjednako su opasne.“

⁴¹To je period koji se poklopio sa prikupljanjem crteža dece predškolskog uzrasta koje je trajalo od 15. do 30. 04. 2020, a obuhvatao je i 6 sati od ukupno 35 sati policijskog časa koji je uveden tokom prvomajskih praznika (od četvrtka 30. aprila 2020. od 18.00 časova, do subote, 2. maja 2020. godine do 5.00 sati) i koji je najavljen kao poslednja tako duga zabrana kretanja.

Pojam *infodemija* nastao je kao složenica reči informacija i epidemija. Svetska zdravstvena organizacija (SZO) primećuje i prati tu pojavu već duže vreme, ali sa izbijanjem epidemije koronavirusa infodemija je došla do punog izražaja (Šimić, 2020), tako da SZO redovno objavljuje informacije i savete o 2019-nCoV, uključujući takozvane *myth busters*, a svi sadržaji su dostupni na njenim profilima na društvenim mrežama, uključujući Twitter, Facebook, Instagram, LinkedIn, Pinterest i Weibo, kao i na zvaničnoj web stranici SZO.

Prema jednom naučnom radu iz prestižnog časopisa Nature (2016), širenje neistina, glasina i dezinformacija u populaciji zapravo *prati isti obrazac ili model kao i širenje zaraze u epidemijama*. S tim u vezi, koliko nas je u međuvremenu čulo i prenelo savete nepostojećeg „lekara iz Vuhana“, nećije „kume sa pulmologije“ ili već kultne „drugarice Nine koja živi u Milanu“? Ove cirkularne poruke prvo su zarazile nas same, a mi smo „šerovanjem“ ili „forvardovanjem“ tu *zarazu preneli dalje* (Kišjuhas, 2020).

Naravno, viruse neistine *iskašljavaju* i mnogi šefovi država i vlada. Na primer, i pre zvaničnog i u mnogome takođe spornog obraćanja naciji na temu pandemije (12. marta), američki predsednik Donald Tramp rekorderski je izneo čak 28 neistina o koronavirusu, a neke od njih poznate su i javnosti naše zemlje - da je u pitanju „običan grip“, da virus „nestaje sa toplim vremenom“, da je smrtnost od koronavirusa manja nego od „sezonskog gripa“, i sl. (ibid.). Takođe, veoma brzo je postalo očigledno i jasno da koronavirus jednostavno *nije „najsmešniji“ virus koji „postoji samo na Fejsbuku“*, kao i da žene ne treba da idu u šoping u Milano...

Svetska zdravstvena organizacija (WHO) je proglasila infodemiju i pre proglašenja globalne epidemije koronavirusa. Po prvi put u ljudskoj istoriji se širi toliko dezinformacija o nekom oboljenju da je to počelo da ugrožava rad medicinskih službi (Trajković, 2020).

Još sredinom januara se na kineskim društvenim mrežama Weibo i WeChat počela širiti panika i neproverene informacije, koje su odmah prenošene na Facebook-u, Twitter-u i drugim mrežama koje su delili Kinezi koji žive širom sveta. Nije trebalo mnogo vremena da tabloidi, portali i mediji željni tiraža širom sveta krenu sa preuveličavanjem situacije (ibid.).

Treba reći i da su prve (opravdane) sumnje zapadnih zemalja, kao i međunarodnih zdravstvenih organizacija, nastale kao posledica vrlo zatvorenog medijskog sistema u Kini i svojevrsne „partijske države“ u kojoj je protok informacija strogo kontrolisan. Kineske vlasti, u strahu od pandemije nepoznatog virusa, odmah su zatvorile grad Vuhan, gde je bio i epicentar virusa, što je samo dalo vetar u leđa neproverenim vestima i teorijama zavere širom sveta (ibid.).

Nema sumnje da je odgovornost novinara i zaposlenih u medijima velika u ovakvim slučajevima. Veliki broj dezinformacija stvara paniku među građanima i strah da se od njih nešto krije. Zato je

važno da informisanje koristi relevantne izvore i medije koji imaju svoje dopisnike na licu mesta i koji svojim autoritetom mogu da stanu iza vesti koje objave.

Osim redovnog pranja ruku, pokrivanja usta prilikom kihanja i odlaganja putovanja u Milano ili Vuhan, potrebno je da se ljudi zaštite i od lažnih vesti (Jovičić, 2020).

Uz tragično ogromne ljudske žrtve, prirodna pandemija Covid-19 će jednom proći. Ali društvena pandemija dezinformisanja javnosti, sa takođe smrtonosnim posledicama po ljudsko zdravlje, pretila da se zadrži među nama (Kišjuhas, 2020).

Polako se ali snažno povećava svest o pogubnom uticaju na zajednicu u celini koju neodgovarajuća i manjkava komunikacija i neadekvatna psihološka intervencija mogu da imaju u kriznoj situaciji izazvanoj pandemijom koronavirusa. Doživljavamo globalnu vanrednu situaciju koja generiše i individualne, ali i kolektivne psihološke reakcije. Samo odgovornim informacijama možemo se suočiti sa zabrinutošću i nesigurnošću cele zajednice, izbegavajući da se one pretvore u naizgled nekontrolisano ponašanje koje, međutim, može postati rizično tokom epidemije. Kao što su Vajs i saradnici istakli (Metitieri, 2020) u studiji koja je tek objavljena i koja nije revidirana, potrebno je s jedne strane proširiti metode podizanja svesti na ljude koji sami ne traže informacije, a sa druge strane, treba da se edukuju o prednostima zaštite oni koji imaju tendenciju da minimiziraju percipirani lični rizik.

Kada je u pitanju karantin, individualni ili kolektivni (u vreme policijskog časa, koji je u Srbiji trajao i do 84 sata) neophodno je blagovremeno objasniti šta se dešava i predložiti aktivnosti koje treba sprovesti, obezbediti jasnu komunikaciju, kako bi se obezbedile neophodne zalihe i ojačao osećaj altruizma. Bez ovih akcija, karantin postaje negativno iskustvo koje može dugoročno uticati na psihološko zdravlje.

U nedavnom pregledu studija o psihologiji masa i kolektivnom ponašanju, Druri (ibid.) izveštava da se saradnja i solidarnost koji su na delu u vanrednim situacijama i katastrofama mogu objasniti u smislu procesa društvenog identiteta koji se odražava na već postojeće veze ili se stvara novi osećaj pripadnosti iz zajedničkog iskustva.

Ako je teško osvestiti potrebu da ostanete kod kuće, biće još teže kasnije sprečiti ovakav trend. Biti svestan toga može biti dobro polazište, kao i pokušaj da imamo poverenje u mogućnost pozitivnog iskorištavanja ovog trenutka: „Internet otvara za nas ogroman svet“, ističe Toskano, italijanski socijalni psiholog za dinamiku zajednice i integracije, i dodaje „iskoristimo ga da obnovimo autentičnije kontakte sa našim prijateljima i rođacima, da rešimo neizmirene račune, da dozvolimo da do nas dosegnu stvari od kojih obično bežimo, zašto ne bismo iskoristili prednost, pohađali onlajn kurs i izašli iz ovog trenutka sa više veština i jači nego ranije?“ Sâm koncept nazvan je „psihološkim

bekstvom" i odnosi se na sposobnost ljudskog uma „da može izaći iz krizne situacije u kojoj se nalazimo, da ostanemo mirni, ali da istovremeno putujemo"(Dominioni, 2020).

Kao što je u uvodnom delu ovog poglavlja navedeno, urađena je analiza situacionog konteksta krizne situacije na koju je trebalo da se adaptiraju naši studenti, uz analizu samo pojedinih senzacionalističkih naslova koji su se tokom vremena, analizirajući samo hronološki red, menjali u smislu smanjenja senzacije ka promovisanju zdravlja, od naslova preuzetih od svetskih medija do lokalnih medija koji se odnose samo na Kikindu. S obzirom na to da su naši ispitanici, studenti jedine visokoškolske ustanove u Kikindi, malom gradu⁴² koji ne broji ni 40.000 stanovnika (<https://www.381info.com/kikinda>), problem koji se nameće u ovom kontekstu je i taj da se žrtve Covid-19 kao i njihove porodice suočavaju sa stigmatizacijom jer se u Kikindi manje-više svi poznaju. Gotovo da su svi građani tačno znali ko su inficirani, ko oboleli, koje su porodice u karantinu, ko se izlečio, ko umro... Zbog toga sledeći podnaslov posvećujemo upravo stigmatizaciji obolelih od infekcije Covid-19 i njihovih porodica.

Socijalna stigma u vreme koronavirusa

Koronavirus – najpre smo čuli da su za to „krivi“ Kinezi, potom Italijani, zatim naši građani koji su putovali u Italiju, građani iz dijaspore koji su se u vreme pandemije vratili u Srbiju, a u Kikindi su stigmatizovani pojedinci, imenom i prezimenom, kako oni koji su (ili su bili) zaista oboleli, tako i zdravi (medicinski i nemedicinski radnici) koji su zbog preventive bili u karantinu u (samo)izolaciji.

Stigmatizacija⁴³ se u situaciji globalne epidemije koronavirusa odnosi na reči i ponašanja koji na neki način obeležavaju grupu inficiranih ili obolelih (stavlja im se stigma⁴⁴), a nastala je u odnosu prema infekciji. Stigma stvara negativnu povezanost između osobe (ili njihovih porodica) ili grupe ljudi koja ima određene zajedničke karakteristike i određene bolesti. U toku epidemije, takav stav može dovesti do etiketiranja i stereotipa koji dovode do diskriminacije i otuđenja osobe zbog (vešto konstruisane) veze sa bolešću. Prvi koji su to doživeli su preko tristo hiljada Kineza koji žive u Italiji. Potom su na red došli italijanski građani u regionima u kojima su se razvila dva žarišta: Lombardija i Veneto. Konačno, zaraženi, koji jednom prebrode akutnu fazu bolesti, moraće da se pozabave reintegracijom u društvo.

⁴²Kikinda ima 39 000 stanovnika, dok cela opština Kikinda broji 60 500 stanovnika.

⁴³Stigmatizacija je negativno socijalno obeležavanje – udaranje žiga, žigosanje. Reč stigma i njen izvorni pojam svoje poreklo imaju u antičkoj Grčkoj. Antički Grci su iz činjenice da neki ljudi govore drugačijim jezikom od njihovog izveli zaključak da su oni varvari, necivilizovani i tek nešto više od divljaka. Etiketiranje stranaca kao divljaka i čudaka, neretko je kroz istoriju služilo kao opravdanje za rđavo postupanje, porobljavanje, pa čak i istrebljivanje „drugačijih“. U savremenom kontekstu, stigmatizacija je društveni proces etiketiranja i izopštavanja svih onih grupa, i pojedinaca kao njihovih pripadnika, koje se razlikuju od „normalnosti“ većine u svom društvenom okruženju, a gde upravo ta sredina diktira pojam društvene prihvatljivosti, bilo da je u pitanju etnička, moralna ili bilo koja druga različitost (www.merriam-webster.com/dictionary). U svom najopštijem značenju pojam stigmatizacija se odnosi na žigosanje, udaranje žiga, odnosno na obeležavanje. Figurativno značenje reči stigma je sram i stid.

⁴⁴Stigma (grč. imenica koja dolazi od korena čije je značenje „naglasiti, istaknuti, označiti“) znači negativno obeležavanje osobe, a najčešće je povezana sa predrasudama, tj. negativnim stavovima koji su utemeljeni na pogrešnim činjenicama o obolelima.

Kako dani prolaze, pored sve većeg broja zaraženih, raste i društvena stigma. Ovaj fenomen nije iznenadio mnogo Fabija Zbatelu (Fabio Sbatella, prema Todaro, 2020), šefa odeljenja za istraživanje urgentne psihologije na Univerzitetu Katolika del Sakro Kuore u Milanu. „Neprijatelj je nevidljiv i inkarnira se samo kod onih koji stupe u kontakt s njim. Ili još gore, kod onih koji se razbole. To je glavni razlog zašto ovakva epidemija dovodi do toga da žrtve plaćaju visoku cenu, čak i na društvenom nivou". Zbog straha od nepoznatog gubimo razum, jer smatramo da se neće naći u našem telu, već uvek u tuđem, što može biti plodno tlo za razvoj stereotipa. Na tom tlu se širi društvena kategorizacija, koja je (pre svega) na početku ove priče, kineske građane stavila u centar pažnje. „Stvarajući različite predstave u svom umu, skloni smo da minimiziramo razlike među ljudima koje smatramo delom iste grupe i naglasimo one koje smatramo elementom druge kategorije", ističe Zbatela (Sbatella, prema Todaro, 2020). Tako „neprijatelj za tuberkulozu i šugu“ postaje severnoafrički migrant, za ebolu čovek podsaharske Afrike, za koronavirus, kineski ili lombardski državljanin. To je pravo lice socijalne stigme.

Izbegavanje stigme je takođe važno da bi se „izbegli ozbiljniji zdravstveni problemi i veće teškoće u kontroli epidemije“. Preporuku koja na prvi pogled može izgledati kao da je nametnuta dala je zapravo Svetska zdravstvena organizacija (WHO, 2020). Rizik je određen većom verovatnoćom da se u neprijateljskom okruženju bolesna osoba odluči da sakrije bolest – ili odgodi traženje pomoći – da ne bi došlo do diskriminacije. Stoga se virus ne sme zvati „kineski“ ili „azijski“ već Covid-19, „kako ga ne bi povezivali sa mestima ili etničkim grupama". Takođe je bolje izbegavati razgovor o „sumnjivim slučajevima". U ovom slučaju izraz koji treba da se upotrebi je „ljudi koji bi mogli da imaju Covid-19". U bilo kojoj raspravi, osnovno je oslanjati se na objektivne podatke i pouzdane informacije i izbegavati upotrebu hiperboličkog jezika.

U skladu sa prethodna dva podnaslova koja se odnose na infodemiju i stigmatizaciju, dajemo preporuke koje se pre svega odnose na medije, ali nisu usmerene isključivo na medije. Da bi „podstakla kolektivnu solidarnost i širila tačne informacije“, Svetska zdravstvena organizacija pripremila je podsetnik koji se sastoji od pet preporuka:

1. Ispravite lažne mitove i stereotipe;
2. Promovišite značaj prevencije, rane dijagnoze i lečenja;
3. Delite priče koje stvaraju empatiju ili priče koje humanizuju teškoće ljudi pogođenih bolešću;
4. Ohrabrite sve čiji je rad usmeren na odgovor na epidemiju (zdravstveni radnici, volonteri);
5. Pažljivo birajte reči.

Žan Pol Sartr: „REČI SU NAPUNJENI PIŠTOLJI”

Literatura:

- Dominioni, I. (2020). *Come faccio arrestare a casa Coronavirus, piccolo manuale psicologico per gestire la quarantena*. Dostupno na: <https://www.linkiesta.it/2020/03/coronavirus-quarantena-casa-cosa-fare/>. Posećeno: 7.4.2020.
- <https://covid19.data.gov.rs/infected>
- Jovičić, U. (2020). *Infodemija je opasna: Lažne vesti o koronavirusu, od premlaćivanja bolesnih do „saznanja” iz klinika, šire se brže od bolesti. Važno je da se zaštitite*. Dostupno na: <https://www.nedeljnik.rs/infodemija-je-opasna-lazne-vesti-o-koronavirusu-od-premlacivanja-bolesnih-do-saznanja-iz-klinika-sire-se-brze-od-bolesti-vazno-je-da-se-zastitite/>. Pristupljeno: 14.04.2020.
- Kišjuhas, A. (2020). *Pandemija vs. infodemija: Šta je opasnije?*. Dostupno na: <https://www.cenzolovka.rs/etika/pandemija-vs-infodemija-sta-je-opasnije/>. Pristupljeno: 14.04.2020.
- Merriam-webster.dictionary. Pristupljeno: 15.02.2016. Dostupno: <http://www.merriam-webster.com/dictionary>.
- Metitieri, T. (2020). *Coronavirus: gli aspetti psicologici dell'epidemia e cosa fare*. Dostupno na: <https://www.valigiablu.it/coronavirus-salute-psicologica/> Posećeno: 7.4.2020.
- Trajković, I. (2020). *Digitalna panika: Kako je WHO proglasio prvu infodemiju u historiji*. Dostupno na: <http://balkans.aljazeera.net/vijesti/digitalna-panika-kako-je-who-proglasio-prvu-infodemiju-u-historiji>. Pristupljeno: 14.04.2020.
- Šimić, V. (2020). *Svjetska zdravstvena organizacija obuzdava „infodemiju” korona virusa. Prekomjerne količine informacija vezanih uz novi korona virus, posebice onih netočnih, mogu itekako naštetiti provođenju aktivnosti kojima se obuzdava širenje virusa*. Dostupno na: <https://www.adiva.hr/zdravlje/zanimljivosti-i-savjeti/svjetska-zdravstvena-organizacija-obuzdava-infodemiju-korona-virusom/>. Pristupljeno: 14.04.2020.
- Todaro, F. (2020). *Coronavirus: le parole da usare contro lo stigma. La dialettica usata parlando dell'epidemia di Coronavirus può avere un impatto negativo su chi è colpito dalla malattia. I consigli per evitare la discriminazione*. Dostupno na: <https://www.fondazioneveronesi.it/magazine/articoli/lesperto-risponde/coronavirus-le-parole-da-usare-contro-lo-stigma>. Pristupljeno: 15.04.2020.
- World Health Organization (2020). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak*. Dostupno: WHO/2019-nCoV/MentalHealth/2020.1. pristupljeno: 7. 04. 2020.

Lista opštih preporuka

Ana Vukobrat, master⁴⁵

PREPORUKA – Razvijanje svesnog samosaosećanja

U kriznim situacijama od značaja je postojanje stava svesnog samosaosećanja. U tom kontekstu, izložićemo zapažanja povodom prihvatanja činjenice da su negativna osećanja sastavni deo nas, kako u svakodnevnim životnim situacijama, tako i u kriznim situacijama kao što je vanredno stanje izazvano pandemijom Covid-19.



Slika 28: „Moja porodica pod maskama“, april 2020. godine, devojčica, 6 godina

Koraci koji će biti od velike pomoći u osveščivanju i prihvatanju neprijatnih osećanja (Laković, 2020):

- Okrenite se ka osećanju koje je prisutno sa prihvatanjem, postanite svesni osećanja i odredite gde se ono nalazi u vašem telu;
- Imenujte osećanje koje imate i kako biste ga posmatrali sa svesnom pažnjom, možete i reći u sebi: „Ovo što osećam je tuga“ ili „Ovo je ljutnja“;
- Prihvatite da je osećanje tu. Nemojte pokušavati da odbacite ili potisnete ovo osećanje;
- Budite svesni prolaznosti osećanja. Nijedno osećanje ne traje zauvek, ono dolazi i prolazi, čak i ako je preplavljujuće i ono će proći;
- Istražite iskustvo. Upitajte sebe: „Šta je bio okidač da se ovako osećam?“ ili „Zašto se osećam ovako?“;

⁴⁵ E-mail: manuska89@gmail.com

- Pustite svoju potrebu za kontrolisanjem osećanja. Probajte da „držite“ svoje osećanje sa svesnom pažnjom i prihvatanjem, ako vam je teško da negujete empatiju i saosećanje prema sebi kada se suočavate sa ovim osećanjem, zamislite da se obraćate dobrom prijatelju, a nekada pomaže da zamislite sebe kao dete kako biste dali sebi podršku.

PREPORUKA – Praktični saveti koje je Svetska zdravstvena organizacija predložila za umanjenje stresa izazvanog pandemijom

- Prihvatite da je normalno što se osećate tužno, pod stresom, zbunjeno, uplašeno ili besno tokom pandemije;
- Razgovarajte o tome kako se osećate sa drugima, posebno ako ste svi u kućnoj izolaciji;
- Ne zaboravite da vodite računa o voljenim osobama koje već imaju mentalne bolesti. Možda će im biti potrebna dodatna pomoć u suočavanju sa dodatnim stresom;
- Ako se osećate preopterećeno, potražite pomoć zdravstvenog stručnjaka;
- Ne kamuflirajte emocije pušenjem, alkoholom ili drugim drogama. Čuvajte svoje telo na najbolji mogući način;
- Ograničite medije na nekoliko pouzdanih izvora;
- Vodite se veštinama koje ste koristili u prošlosti, a koje su vam pomogle da prevaziđete teška vremena (*Kako se boriti sa anksioznošću u vreme korona virusa?*, n.d.).

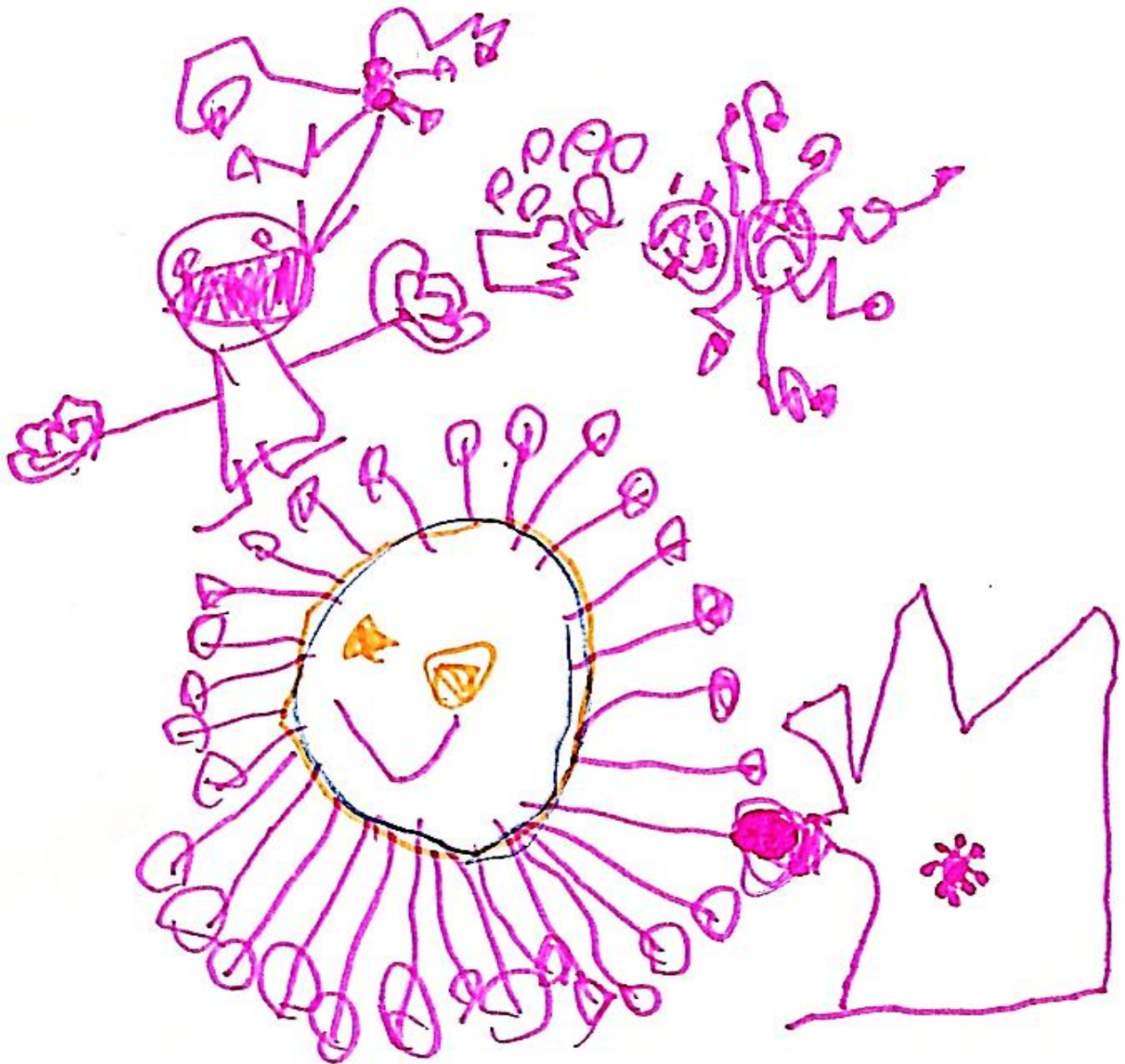
PREPORUKA: Obratite pažnju na povećani sajber kriminal u periodu pandemije Covid-19

- Ne otvarajte elektronske priloge i poruke nepoznatih pošiljalaca;
- Ne instalirajte aplikacije koje vam nude uvid u osobe koje su zaražene virusom korona a koje se nalaze u Vašoj okolini;
- Ne odgovarajte na SMS poruke koje od Vas traže lične ili bankarske podatke;
- Budite obazrivi prema onlajn prodaji deficitarne medicinske opreme (maske, rukavice, različita sredstva za dezinfekciju);
- Ne reagujte na pojave onlajn dobrovoljnih volonterskih organizacija koje od Vas traže uplatu novca za ugroženo stanovništvo (*Sajber kriminalci koriste naš strah, oprezno sa aplikacijama i porukama*, 2020).

Elektronski izvori

- *Kako se boriti sa anksioznošću u vreme korona virusa?*. (n.d.). Preuzeto 31. marta 2020. sa: <https://www.telegraf.rs/zivot-i-stil/zdravlje/3165822-kako-se-boriti-sa-anksioznosc-u-vreme-korona-virusa-ok-je-da-se-osecate-tuzno-i-bespomocno>

- Laković, V. (2020). *Osveščivanje i prihvatanje neprijatnih osećanja uz Mindfulness*. Preuzeto 1. aprila 2020. sa: <https://mindfulnesscorner.com/osvescivanje-i-prihvatanje-neprijatnih-osecanja-uz-mindfulness/>
- *Sajber kriminalci koriste naš strah, oprezno sa aplikacijama i porukama*. (2020). Preuzeto 31. marta 2020. sa: <https://www.rts.rs/page/stories/ci/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%81/story/3145/zivot-u-vreme-pandemije/3907580/korona-virus-sajber-kriminal-poruke-aplikacije.html>



Slika 29: „Kako da se zaštitimo od virusa i kako koronavirus izgleda“, april 2020. godine, dečak, 6 godina

dr Jelena Mićević Karanović, prof.⁴⁶

Januara 2020. godine, Svetska zdravstvena organizacija (World Health Organization), proglasila je izbijanje nove koronavirusne bolesti međunarodnom zabrinutošću za javno zdravlje i navela da postoji visok rizik od širenja koronavirusa 2019 (Covid-19) širom sveta.

U martu 2020. godine, procenjeno je da se Covid-19 može okarakterisati kao pandemija (World Health Organization, 2020).

Osamnaestog marta 2020. godine, između ostalog, data je i lista preporuka i razmatranja za očuvanje mentalnog zdravlja tokom izbijanja pandemije izazvane koronavirusom.

U delu koji sledi dajemo skraćeni pregled prevoda teksta (World Health Organization, 2020):

Mentalno zdravlje i psihosocijalna razmatranja tokom izbijanja pandemije Covid-19

Svetska zdravstvena organizacija i javne zdravstvene vlasti širom sveta deluju na sprečavanju epidemije Covid-19. Međutim, ovo krizno doba izaziva stres kod stanovništva. Ova razmatranja za mentalno zdravlje razvila je Služba SZO za mentalno zdravlje i upotrebu supstanci kao poruke namenjene različitim grupama da podrže mentalno i psihosocijalno blagostanje tokom izbijanja Covid-19.

Preporuke opštoj populaciji

1. Covid-19 je uticao i verovatno će uticati na ljude na mnogim mestima, na mnogim geografskim lokacijama. **Nemojte ga povezivati sa bilo kakvom etničkom ili nacionalnom pripadnošću.** Budite saosećajni/osetljivi prema svima koji su pogođeni. Ljudi pogođeni oboljenjem Covid-19 nisu učinili ništa loše i zaslužuju našu podršku, empatiju i ljubaznost.

2. **Nemojte stigmatizovati ljude sa bolešću** kao „slučajevi Covid-19”, „žrtve”, „porodice sa Covid-19” ili „bolesne”. Oni su „ljudi koji imaju Covid-19”, „ljudi koji se leče od Covid-19”, „ljudi koji se oporavljaju od Covid-19” i nakon oporavka od Covid-19, oni će živeti kao i ranije, na svojim radnim mestima, sa svojim porodicama i voljenim osobama. Važno je odvojiti osobu od identiteta definisanog oboljenjem Covid-19, da biste smanjili stigmju.

3. **Smanjite gledanje, čitanje ili slušanje vesti** zbog kojih se osećate anksiozno ili tužno; tražite informacije samo iz pouzdanih izvora i uglavnom preduzimajte praktične korake za pripremu svojih planova i zaštitu sebe i svojih najmilijih. Zatražite ažuriranje informacija u određeno doba dana, jednom ili dva puta. Neočekivani i gotovo neprekidni tokovi vesti o izbijanju mogu svakoga učiniti anksioznim. Prikupite činjenice; ne glasine i dezinformacije. Prikupljajte informacije u redovnim intervalima sa veb stranica SZO-a i platformi lokalnih zdravstvenih vlasti kako bi vam pomogli da razlikujete činjenice od glasina. Činjenice mogu pomoći umanjivanju straha.

⁴⁶ E-mail: micevicj@sbb.rs

4. **Zaštitite sebe i budite podrška drugima.** Pomaganje drugima kada im je to potrebno može biti od koristi osobi koja prima podršku kao i pomagačima. Na primer, obratite se komšiji ili ljudima u vašoj zajednici kojima je možda potrebna dodatna pomoć. Zajednički rad može pomoći izgradnji solidarnosti u zajedničkom reagovanju na Covid-19.

5. **Pronađite mogućnost za podsticanje i isticanje pozitivnih i nadahnutih priča i pozitivnih slika lokalnih ljudi koji su iskusili Covid-19.** Na primer, priče o ljudima koji su se oporavili ili koji su podržali voljenu osobu i spremni su da podelu svoje iskustvo.

6. **Poštujte negovatelje i zdravstvene radnike koji podržavaju ljude pogođene Covid-19** u vašoj zajednici. Priznajte ulogu koju igraju u spašavanju života i zaštiti vaših najmilijih.

Preporuke za staratelje dece

7. **Pomozite deci da pronađu pozitivne načine za izražavanje osećanja kao što su strah i tuga.** Svako dete ima svoj način izražavanja emocija. Ponekad uključivanje u kreativne aktivnosti, kao što su igra i crtanje, može olakšati ovaj proces. Deca osećaju olakšanje ako mogu da izraze i prenesu svoja osećanja u sigurnom i podržavajućem okruženju.

8. **Deca bi trebalo da budu što više u blizini roditelja i svoje porodice,** ako se to smatra bezbednim, te **izbegavajte razdvajanje dece i njihovih staratelja što je više moguće.** Ako će se dete odvojiti od primarnog negovatelja/staratelja, osigurajte da mu se pruži odgovarajuća alternativna nega i da socijalni radnik ili ekvivalent redovno prati dete. Dalje, vodite računa da se tokom perioda razdvajanja održavaju redovni kontakti sa roditeljima i starateljima, kao što su telefonski pozivi ili video-snimci dva puta dnevno, ili druga komunikacija koja odgovara uzrastu deteta (na primer, putem društvenih mreža, već u zavisnosti od uzrasta deteta).

9. **Održavajte uobičajene rutine u svakodnevnom životu što je više moguće ili kreirajte nove rutine,** posebno ako deca moraju ostati kod kuće. **Obezbedite deci aktivnosti prilagođene uzrastu, uključujući aktivnosti učenja.** Što je više moguće, ohrabrujte decu da nastave da se igraju i druže sa drugima, čak i samo u porodici kada im se savetuje da ograniče socijalne kontakte.

10. **U doba stresa i krize deca često traže više vezanosti i zahtevniji su prema roditeljima.** Razgovarajte o Covid-19 sa svojom decom na iskren način koji odgovara njihovom uzrastu. Ako su vaša deca zabrinuta, razgovor im može ublažiti anksioznost. Deca će posmatrati ponašanje i osećanja odraslih kako bi otkrila kako da upravljaju sopstvenim emocijama tokom teških vremena.

Preporuke za starije odrasle osobe, negovatelje i osobe sa hroničnim oboljenjima

11. Starije odrasle osobe, naročito u izolaciji, i osobe sa kognitivnim padom/demencijom, mogu postati više anksiozne, ljute, pod stresom, uznemirene i povučene dok su u karantinu. **Pružite praktičnu i emocionalnu podršku neformalnim mrežama (porodicama) i zdravstvenim radnicima.**

12. **Delite jednostavne činjenice o onome što se događa i pružite jasne informacije o tome kako smanjiti rizik od infekcije rečima koje stariji ljudi sa/bez kognitivnih oštećenja mogu da razumeju.** Ponovite informacije kad god puta je potrebno. Uputstva se moraju preneti na jasan, sažet, uvažavajuć i strpljiv način. Takođe bi moglo biti korisno da se informacije prikažu u pisanom obliku ili u slikama. Uključite svoje porodične i druge mreže podrške u pružanje informacija i pomozite im da praktikuju mere prevencije (na primer, pranje ruku itd.)

13. **Ako imate hronično oboljenje, osigurajte pristup bilo kojim lekovima koje trenutno koristite.** Aktivirajte svoje društvene kontakte da bi vam pružili pomoć, ako je potrebno.

14. **Budite spremni i unapred znajte gde i kako potražiti praktičnu pomoć ako je potrebno,** poput pozivanja taksija, isporuke hrane i traženja medicinske pomoći. Obavezno obezbedite dvonedeljnu zalihu lekova.

15. **Naučite jednostavne svakodnevne fizičke vežbe** koje ćete izvoditi kod kuće, u karantinu ili u izolaciji kako biste održali pokretljivost i smanjili dosadu.

16. **Držite se redovnih rutina i rasporeda** što je više moguće ili pomozite u kreiranju novih u novom okruženju, uključujući redovno vežbanje, čišćenje, svakodnevne poslove, pevanje, slikanje ili druge aktivnosti. Pomozite drugima, vršnjačkom podrškom, nuđenjem pomoći komšijama i brigom o deci, za medicinsko osoblje u bolnicama koje se bori protiv Covid-19 kada je to sigurno moguće. U skladu sa prethodnim, redovno održavajte kontakt sa voljenima.

Preporuke za ljude u izolaciji

17. **Ostanite povezani i održavajte svoje društvene mreže.** Čak i kada ste izolovani, pokušajte što više da zadržite svoje lične svakodnevne rutine ili kreirate nove rutine. Ako su zdravstvene vlasti preporučile da ograničite fizički socijalni kontakt zbog sprečavanja širenja zaraze, možete ostati povezani putem e-pošte, društvenih medija, video konferencije i telefona.

18. **U doba stresa obratite pažnju na sopstvene potrebe i osećanja.** Bavite se zdravim aktivnostima u kojima uživajte i opustite se. Redovno vežbajte, držite se redovne rutine spavanja i jedite zdravu hranu. Neka stvari budu u perspektivi. Javne zdravstvene agencije i stručnjaci širom sveta rade na suzbijanju epidemije kako bi se osigurala dostupnost najbolje nege onima koji je to potrebno.

19. **Ograničite medije na nekoliko pouzdanih izvora.** Stalna izloženost informacijama i vestima o pandemiji može izazivati anksioznost. Potražite ažuriranja informacija i praktična uputstva u određeno doba dana od zdravstvenih profesionalca i veb stranica SZO-a i izbegavajte slušanje ili praćenje glasina zbog kojih se osećate neprijatno i uznemireno. **Budite informisani!**

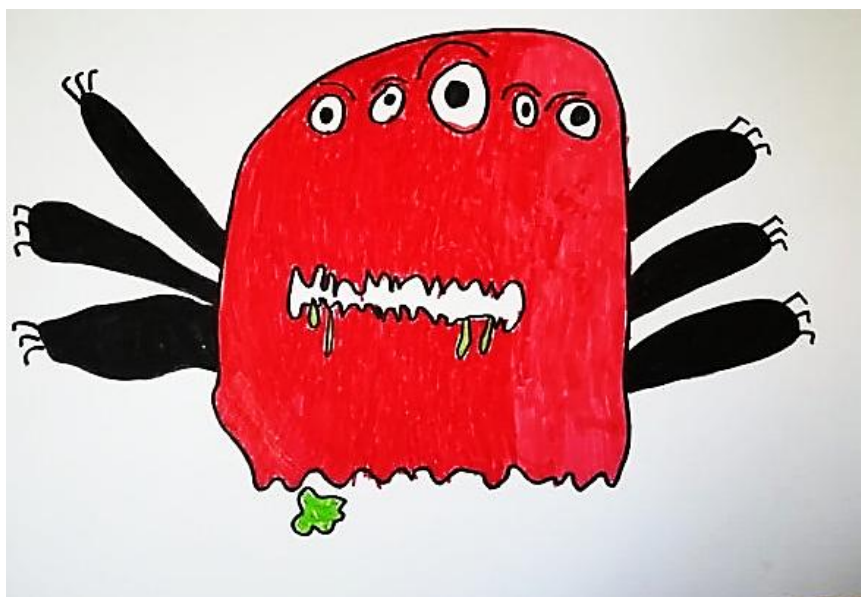
Elektronski izvor: World Health Organization (2020). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak.* Dostupno: WHO/2019-nCoV/MentalHealth/2020.1. Pristupljeno: 7.04.2020.

DIGITALNI ALATI KAO POMOĆ RODITELJIMA I VASPITAČIMA ZA RAD SA PREDŠKOLSKOM DECOM TOKOM IZOLACIJE IZAZVANOM PANDEMIJOM

dr Angela Mesaroš Živkov, prof.⁴⁷

Ana Vukobrat, master⁴⁸

Internet je neiscrpan izvor ideja, saveta i predloga za rad sa decom predškolskog uzrasta u kućnim uslovima. Upravo s tim ciljem izdvojamo UNICEF-ov predlog liste alata za sve učesnike u procesu predškolskog vaspitanja i obrazovanja – vaspitače, roditelje i decu predškolskog uzrasta (*Digitalni alati za vaspitače, roditelje i decu predškolskog uzrasta*, 2020).



Slika 30: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april 2020. godine, devojčica, 6 godina

Alati za saradnju i deljenje

- <https://answergarden.ch/> – Alat za grupnu onlajn diskusiju ili ankete; vaspitači mogu koristiti ovaj alat da u stvarnom vremenu dobijaju odgovore na postavljena pitanja. Alat za dobijanje kratkih povratnih odgovora na jednostavna pitanja i/ili razmenu ideja i predloga u dužini od najviše 40 karaktera;
- <https://awwapp.com/> – Ovo je web 2.0 alat za onlajn crtanje koje može biti i saradničko crtanje;
- <https://backchannelchat.com/> – Ovaj sajt predstavlja verziju Tvitera koju uređuju nastavnici. U ovom alatu za prošireni razgovor može se snimiti ćaskanje, napraviti oblak

⁴⁷ E-mail: angelamesaros.zivkov@gmail.com

⁴⁸ E-mail: manuska89@gmail.com

tagova ili videti šta dolazi u fokus razgovora. Ovo je alat za razgovor u realnom vremenu koji omogućava određene kontrole razgovora od strane vaspitača;

- https://www.blogger.com/about/?r=1-null_user – Jednostavan alat za pravljenje blogova. Više osoba može biti autor postova na jednom blogu. Blogovi mogu biti otvoreni za širu javnost ili samo za pozvane članove grupe. Moguće je omogućiti komentarisanje bloga i pregleda i odobravanja komentara pre postavljanja, čime blog dobija na interakciji i bezbednosti;
- <http://www.chatzy.com/> – Koristite Chatzy za direktne privatne razgovore. Mogu se ostaviti odgovori na postavljena pitanja ili nastaviti diskusija i nakon završetka prethodne aktivnosti;
- <https://conceptboard.com/> – Ovaj softver olakšava saradnju u timu koristeći vizuelni format – sličan mentalnim mapama – ali korišćenjem vizuelnih i tekstualnih unosa. Može raditi na više uređaja, kompatibilan je sa računarima i tabletima;
- <https://dotstorming.com/> – Aplikacija sa belom tablom koja omogućava objavljivanje digitalnih beleški i glasanje o njima. Alat je najbolje koristiti za pokretanje diskusija i razmenu ideja o raznim temama i pitanjima;
- https://edu.google.com/products/classroom/?modal_active=none – Sistem za upravljanje učenjem koji se može koristiti za saradnju i komunikaciju sa roditeljima i decom, deljenje resursa i zajedničko prolaženje kroz male projekte. Napredna verzija za predškolske ustanove se plaća i moguće ju je koristiti za stručna usavršavanja vaspitača;
- https://www.google.com/intl/sr_rs/docs/about/ – Mogućnost deljenja i zajedničkog stvaranja, npr. prikupljanje dečjih crteža na određenu temu u prezentaciji, prikupljanje odgovora na postavljena pitanja i njihova automatska obrada;
- https://www.google.com/intl/sr_ALL/drive/ – Prostor u oblaku namenjen prikupljanju i razmeni materijala;
- <http://en.linoit.com/> – Virtuelna tabla sa samolepljivim papirićima pomoću kojih roditelji ili deca mogu postaviti pitanja ili ostaviti komentare u vezi sa onim što se radi. Može se koristiti tokom aktivnosti kako bi se ostavili odgovori na postavljena pitanja;
- <https://www.mindomo.com/> – Alat koji omogućava saradničko pravljenje mapa uma;
- <https://padlet.com/> – Prazno platno koje se može koristiti kako bi se osmislili i napravili zajednički projekti. Odlično za razmenu ideja, dečjih crteža, kraćih glasovnih poruka i sl;
- <https://www.pinterest.com/> – Alat za prikupljanje i deljenje linkova i ideja u vizuelnoj formi. Ima opcije za saradnju više korisnika na istom zadatku;

- [Skyp](#) – Alat za video-konferencije, sastanke i razgovore;
- <https://slack.com/intl/en-rs/> – Alat za razmenu različitih materijala i datoteka, konsultovanje i komentarisanje u timu. Može se povezati i sa drugim web 2.0 alatima;
- <https://www.storyjumper.com/> – Ovo je alat koji omogućava stvaranje digitalnih knjiga i priča. Moguć je saradnički rad više korisnika;
- https://trello.com/?&aceid=&adposition=&adgroup=77960795725&campaign=1018285860&creative=389479994873&device=c&keyword=trello&matchtype=e&network=g&placement=&ds_kids=p48959616714&ds_e=GOOGLE&ds_eid=700000001557344&ds_e1=GOOGLE&gclid=Cj0KCQjwsYb0BRCOARIsAHbLPhEeLBbE_I7qIf74jFhvIF04Sm9BH4j30vvG8cEP1dn0Q_qAX1qpQN4aAqkbEALw_wcB&gclsrc=aw.ds – Ovaj alat služi za podelu poslova u timu i rad na projektu;
- <https://www.viber.com/en/communities/> – Mreža koju vaspitači često koriste za osnovnu razmenu informacija sa roditeljima;
- <https://wetransfer.com/> – Za deljenje različitih velikih datoteka;
- https://wordpress.com/create-blog/?currency=USD&utm_source=google&utm_campaign=google_wpcom_search_brand_desktop_row_en&utm_medium=paid_search&keyword=wordpress%20blog&creative=263020491559&campaignid=655562327&adgroupid=55312603147&matchtype=e&device=c&network=g&targetid=kwd-560214928&gclid=Cj0KCQjwsYb0BRCOARIsAHbLPhGNqJkiC08mHAWfmBbvCtB-E-nHhJNQAkOLxNnWmHxzJPdkMiQyVCYaAmmEALw_wcB&gclsrc=aw.ds – Ovo je takođe alat za pravljenje blogova. Ima više mogućnosti, ali je i komplikovaniji od Bloggera. Moguće ga je postaviti na hosting mesto predškolske ustanove;
- <https://www.youtube.com/> – Omogućava postavljanje videa uz korišćenje automatskog ili ručnog zamućivanja lica dece. YouTube je uveo dodatne mere bezbednosti za decu. Tako se može odrediti dostupnost videa (javno dostupan, deljen po pozivu ili privatno). Takođe, ukoliko se podesi da je video namenjen deci, on ne može da se preuzima na druge računare;
- <https://www.zeemaps.com/> – Ovaj alat omogućava saradničko pravljenje interaktivnih mapa određenih geografskih prostora;
- <https://zoom.us/> – Platfoma za vebinare i/ili sastanke preko interneta sa funkcijom deljenja ekrana. Vebinari i sastanci se mogu pratiti telefonom.

Prezentacije, kreiranje i obrada fotografija, video i audio-sadržaja

- <https://animoto.com/> – Omogućava kreiranje kratkog video-klipa od 30 sekundi;

- <https://audioboom.com/> – Aplikacija koja omogućava slušanje, snimanje i deljenje zvučnih datoteka;
- <https://biteable.com/> – Kreiranje zanimljivih multimedijalnih prezentacija od ponuđenih animacija;
- <https://app.edu.buncee.com/> – Alat za izradu i prezentaciju sadržaja koji pomaže u vizualizaciji, komunikaciji i interakciji sa konceptima i idejama;
- <https://www.emaze.com/> – Alat za pravljenje prikaza i prezentacija od fotografija, postojećih prezentacija, video i audio-fajlova;
- <https://support.google.com/edu/expeditions/answer/6335093?hl=en> – Google Expeditions je aplikacija za učenje koja omogućava nastavnicima, vaspitačima i učenicima da odu na preko 1.000 obilazaka u virtuelnoj stvarnosti i 100 u proširenoj stvarnosti. Možete plivati sa ajkulama, posetiti svemir i još mnogo toga;
- <https://www.facepixelizer.com/> – Alat za obradu fotografija i „zamagljivanje“ lica ili podataka na dokumentima;
- <https://info.flipgrid.com/> – Omogućava snimanje video-klipova od 15 sekundi do 5 minuta u cilju odgovora na zadate teme; vaspitači i drugi uključeni mogu ostaviti komentare;
- <http://edu.glogster.com/?ref=com> – Multimedijalni interaktivni poster;
- <https://products.office.com/sr-latn-rs/onenote/digital-note-taking-app?rtc=1> – Digitalna beležnica koja omogućava podelu na odeljke i stranice, kao i deljenje sa drugima;
- <https://sway.office.com/> – Pravljenje zanimljivih prezentacija sastavljenih od fotografija, postojećih prezentacija, video i audio-fajlova. Može biti saradnički;
- <https://www.peardeck.com/> – Napravite interaktivne prezentacije u kojima roditelji i deca mogu učestvovati pomoću svojih pametnih uređaja. Ograničeno besplatno korišćenje, nudi jedinstvene vrste pitanja;
- <https://piktochart.com/> – Alat za kreiranje prezentacija, postera i infografika;
- <https://www.pixton.com/> – Besplatan alat za pravljenje stripova;
- <https://prezi.com/> – Alat koji omogućava kreiranje prezentacija sa mogućnošću zumiranja sadržaja;
- <https://tellagami.com/> – Aplikacija za mobilni koja omogućava stvaranje i deljenje kratkih video-snimaka;
- <https://www.thinglink.com/> – Interaktivna tabla na kojoj slika ili video-klip predstavlja platno sa povezanim ključnim tačkama. Klikom na ključne tačke moguće je povezati crtež sa audio-snimkom;

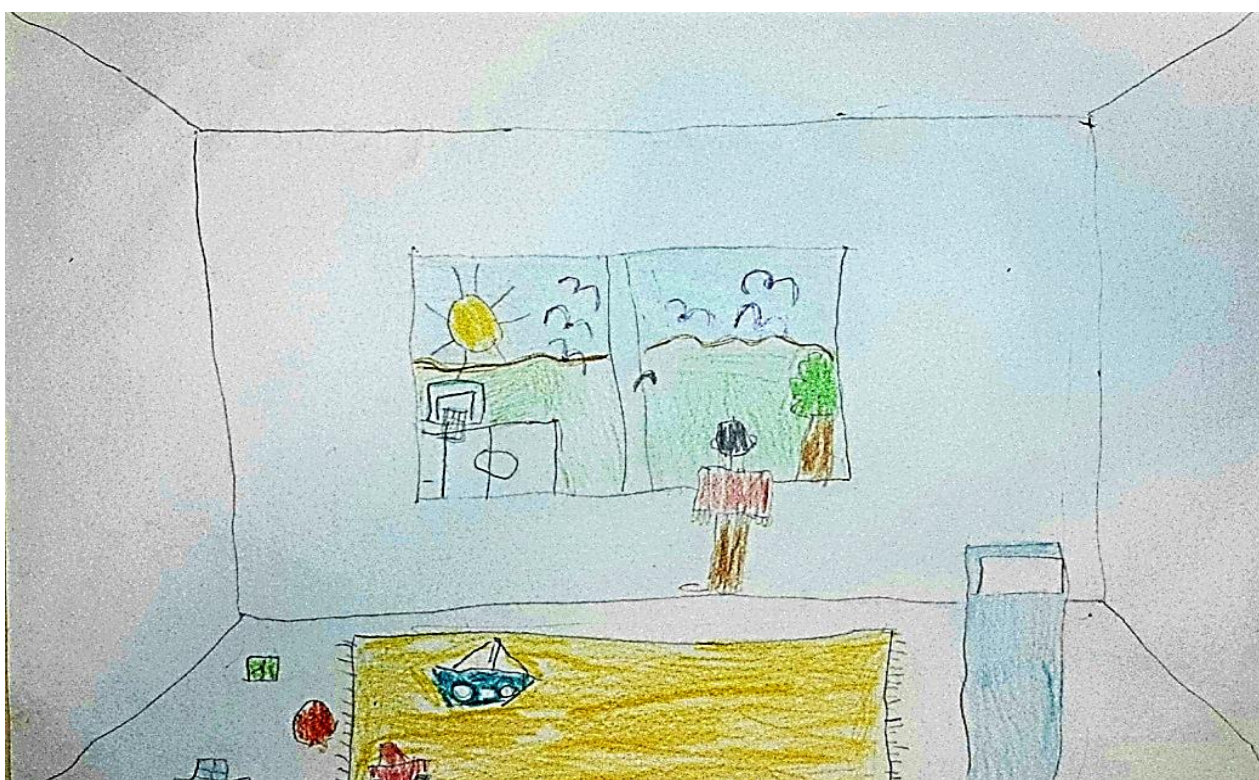
- <https://vocaroo.com/%E2%80%8B> – Snimanje glasa, čuvanje u audio-datoteci i/ili deljenje na internetu;
- <https://vocaroo.com/> – Besplatan servis koji omogućava korisnicima snimanje zvučnih zapisa bez korišćenja softvera. Zvučne zapise možete lako ubaciti u prezentacije i veb-stranice. Odličan za grupni rad i prezentacije;
- <https://l-www.voki.com/> – Pravljenje animiranih likova - avatara kojima se dodaje audio-snimak govora;
- <https://www.voxer.com/> – Ovaj alat za snimanje zvučnih zapisa učenici mogu koristiti da preslušaju i sami ocene svoje ideje i zadatke. Možete poslati snimke roditeljima, kako bi čuli kako njihova deca napreduju, možete organizovati učenike da razgovaraju o onome što rade ili slati komentare.

Alati za interakciju i stvaranje didaktičkih igara, kvizova...

- <https://crowdsignal.com/> – Brzo i lako kreiranje onlajn anketa, testova i pitanja. Može se odgovarati preko pametnih telefona, tableta i računara, a mogu se prikupljati i informacije za izveštaje;
- <https://edpuzzle.com/%E2%80%8B> – Omogućava kreiranje i deljenje video sadržaja sa pitanjima u okviru njih;
- <https://www.esurveycreator.com/> – Alat koji omogućava nastavnicima, učiteljima i vaspitačima da brzo i lako naprave upitnike i ankete. Postoji besplatna verzija, ali je vreme korišćenja ograničeno;
- <https://freeonlinesurveys.com/#/!/> – Omogućava nastavnicima da brzo i lako naprave ankete, testove i formulare;
- <https://www.jigsawplanet.com/> – Alat za pravljenje onlajn slagalica. Npr. moguće je od fotografisanih dečjih likovnih radova i njihove obrade u jednu zajedničku fotografiju napraviti onlajn slagalicu;
- <https://kahoot.com/> – Jednostavan alat za kreiranje interaktivnih upitnika na koje se odgovara preko telefona ili tableta;
- <https://learningapps.org/> – Kreiranje onlajn didaktičkih sadržaja i igara za decu. U proces stvaranja mogu biti uključena i deca;
- <https://www.mentimeter.com/> – Omogućava glasanje o postavljenim pitanjima preko mobilnih telefona i tableta;
- <https://www.poll Everywhere.com/> – Mogu se kreirati ankete s ciljem prikupljanja komentara ili postavljanja pitanja, a rezultati se vide u stvarnom vremenu. Pomoću pitanja

otvorenog tipa mogu se prikupiti podaci i napraviti oblaci tagova kako biste objedinili odgovore. Broj korisnika je ograničen;

- <https://quizlet.com/> – Alat koji omogućava kreiranje didaktičkih materijala, kvizova znanja, kartica i igara kojima se može pristupiti preko interneta i mobilnih uređaja;
- <https://socrative.com/> – Alat za stvaranje zanimljivih kvizova koji mogu biti i u formi igre;
- <https://www.surveymonkey.com/> – Kreiranje onlajn anketa i upitnika;
- <https://surveyplanet.com/> – Alat za pravljenje anketa;
- <https://www.typeform.com/examples/polls/> – Alat za pravljenje anketa koji omogućava postavljanje grafičkih elemenata;
- <https://www.zoho.com/survey/> – Mogu se napraviti ankete na koje se može odgovarati preko mobilnih uređaja. Rezultati se vide u realnom vremenu.



Slika 31: „Ja tokom pandemije koronavirusa“, april 2020. godine dečak, 6,5 godina

Izbor korisnih YouTube kanala i internet stranica

- Art for Kids Hub <https://www.youtube.com/user/ArtforKidsHub?pbjreload=10> – Preko hiljadu klipova sa instrukcijama za crtanje. Namijenjeno mlađem uzrastu;
- BBC Teach <https://www.youtube.com/channel/UC4KN50fal7f45fx2DqG7ttg> – Velika baza podataka za 22 predmeta od vrtića do srednje škole. Uz video klipove mogu se koristiti i nastavni materijali na veb-sajtu <https://www.bbc.co.uk/teach>;

- Beogradska filharmonija <https://www.bgf.rs/lt/poklanjamo-program-za-decu/> – Program za decu;
- Bezbednost dece na internetu <https://digitalni-vodic.ucpd.rs/resursi/?lng=lat> – Bezbedan internet za celu porodicu;
- Google Arts & Culture i Google Expeditions <https://artsandculture.google.com/> – Pristup interaktivnim izložbama, virtuelnim muzejskim turama i putovanjima itd.;
- Kulturno-umetnički program RTS-a <https://www.youtube.com/user/KulturnoUmetnickiRTS/playlists> – Video liste „Plava ptica“ i „TV vrtić“;
- Kurzgesagt <https://www.youtube.com/user/Kurzgesagt/videos> – In a Nutshell – Veoma lepo animirani kratki video-klipovi koji pružaju odgovore na pitanja iz raznih oblasti uz moto „ništa nije dosadno ako se dobro ispriča“;
- National Geographic <https://www.youtube.com/user/NationalGeographic/videos> – Zbirka video-klipova koja prati članke na veb-sajtu National Geographic. Posebno su zanimljivi video klipovi 360°, kao što je istraživanje koralnog grebena gde gledalac može da upravlja slikom i putuje po morskom dnu;
- Peekaboo Kidz <https://www.youtube.com/user/Peekaboo> – Privlačni video-klipovi za malu decu, koji daju odgovore na razna pitanja „Zašto? Kako?“;
- Predstave za decu <http://beogradzadecu.com/pozoriste-od-kuce/> – Detaljne informacije o vremenima i internet stranicama na kojima će biti moguće gledati predstave za decu;
- Roditeljski kutak <https://www.unicef.org/serbia/roditeljski-kutak> – saveti vodećih svetskih stručnjaka u oblasti ranog razvoja deteta;
- Srpska dečija digitalna biblioteka https://digitalna.nb.rs/sf/NBS/Knjige/Srpska_decja_digitalna_biblioteka – Zbirka sadrži 127 digitalnih kopija knjiga iz srpske književnosti za decu. Neke od knjiga u zbirci su dostupne i u audio formatu;
- Super nauka <https://www.youtube.com/playlist?list=PLj8o6zL5N9MkLK-8p7HuRTjInYQG0vqtx> – Zanimljiv serijal video-klipova koji pružaju odgovore na neobična pitanja koja nas sve muče, od toga zašto je nebo plavo do toga šta je to virtuelna stvarnost. Naracija je na srpskom jeziku, a naratori su neke od poznatih ličnosti iz srpske kulture i umetnosti koje na simpatičan način objašnjavaju fenomene;
- TEDed <https://www.youtube.com/user/TEDEducation/videos> – Velika zbirka animiranih priča o raznim fenomenima, kako naučnim tako i socijalnim i umetničkim. Animirane priče

moгу da se koriste uz platformu TEDED, koja pruža mogućnost za interaktivnu saradnju između nastavnika i učenika, uz kviz pitanja, refleksije i referentne materijale koji se dalje mogu koristiti;

- Twinkl <https://www.twinkl.co.uk/> – Pristup različitim didaktičkim materijalima koji se mogu koristiti u radu sa decom.

Elektronski izvor

- *Digitalni alati za vaspitače, roditelje i decu predškolskog uzrasta.* (2020). Preuzeto 5. aprila 2020. sa: https://www.pedagog.rs/2020/04/01/digitalni-alati-za-vaspitace-roditelje-i-decu-predskolskog-uzrasta/?fbclid=IwAR1zqFFkOzMYurwv28H_IHD05j-6EJGiIqtcUREgEKOLtGILQxfStNcyWWw



Slika 32: „Duga – sve će biti dobro“, april 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 33: „Ko mi najviše nedostaje“, april 2020. godine, dečak, 7 godina

dr Vladimir Varađanin, rukovodilac za informacione sisteme i tehnologije⁴⁹

U trenutku kada se svet suočava sa pandemijom koronavirusa, jedan vid prevencije i pomoći pri usporavanju zaraze svakako je pravovremeno i tačno informisanje svih građana. Ključnu ulogu u ovome imaju zvanične državne institucije, odnosno zvanični internet portali državnih organa i ustanova.

Stanovništvo se o širenju virusa korona informiše na najrazličitije načine i iz raznih izvora, pa je to plodno tlo za širenje velikog broja netačnih informacija ili lažnih vesti. Lažne vesti mogu izazvati paniku i strah kod stanovništva, određene poremećaje na tržištu, kao i druge negativne posledice. Pored teškoća u kojima se već nalazimo, lažne vesti mogu dodatno da otežaju nadležnim organima i ustanovama sprovođenje svih mera ili zadataka u sprečavanju širenja pandemije. Za nas kao pojedince realna je opasnost da nam se oteža svakodnevnica i naruši mentalno zdravlje. U tom cilju želimo da damo preporuke o tome koje internet portale možete koristiti u cilju informisanja i davanja preporuka za ponašanje tokom trajanja pandemije uzrokovane Covid-19.

Preporučeni sajtovi za informisanje o koronavirusu:

- **Ministarstvo zdravlja RS:** <https://www.zdravlje.gov.rs/> je resorno ministarstvo vlade RS nadležno za sprovođenje mera za borbu protiv epidemije. Pored opštih informacija i vesti o pandemiji, Ministarstvo zdravlja pruža sve neophodne informacije građanima i pravnim licima o svim donetim merama i načinu sprovođenja u toku trajanja vanrednog stanja. Ministarstvo zdravlja uvelo je dodatne telefone epidemioloških službi za informacije o Covid-19 u cilju omogućavanja brže i efikasnije komunikacije građana sa nadležnim epidemiološkim službama. Na sajtu Ministarstva dostupni su korisni linkovi preko kojih se mogu pronaći neophodne informacije o pandemiji.
- **Institut za javno zdravlje Srbije “Dr Milan Jovanović Batut”:** <http://www.batut.org.rs/>, Sajt sadrži osnovne informacije o koronavirusu i njegovom poreklu. Takođe su dostupne informacije o tome kako se možemo zaraziti, težini oboljenja, kao i znacima i simptomima virusa. Na ovom sajtu date su detaljne preporuke za opštu populaciju i osetljive kategorije stanovništva, kako se zaštititi i koje higijenske mere je neophodno sprovoditi. Institut za javno zdravlje Srbije “Dr Milan Jovanović Batut” omogućio je zainteresovanim licima da postavljaju pitanja u vezi pandemije ili lične zaštite.
- **Covid-19:** <https://Covid19.rs/>, namenski sajt kreiran od strane Ministarstva zdravlja RS i Instituta za javno zdravlje Srbije “Dr Milan Jovanović Batut”. Sajt sadrži sve statističke podatke

⁴⁹ E-mail: varadjaninv@yahoo.com

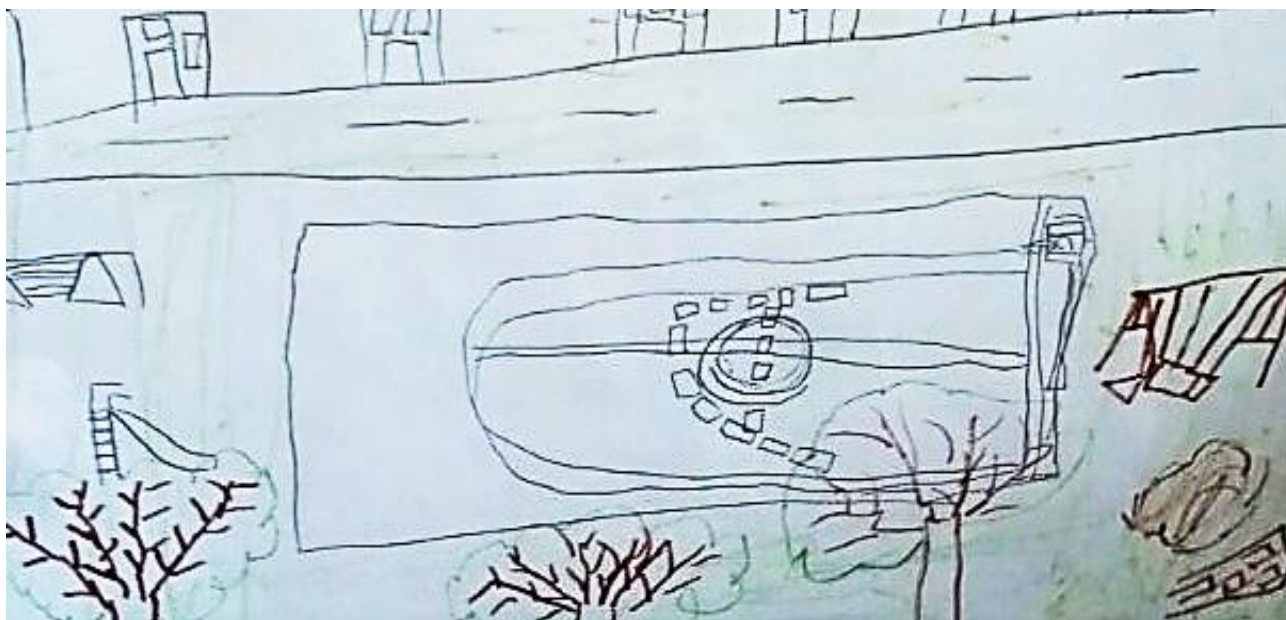
o koronavirusu, zvanične izveštaje Zavoda za javno zdravlje, aktuelne vesti, zdravstvena upozorenja i uputstva kako se zaštititi.

- **Svetska zdravstvena organizacija:** <http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-Covid-19>, takođe jedan od pouzdanih izvora informisanja o pandemiji koji pruža zvanične podatke, kako na globalnom nivou, tako i pojedinačno po zemljama. Svetska zdravstvena organizacija uspostavila je tzv. Health System Response Monitor koji korisnicima omogućava pristup servisima za praćenje stanja pojedinačnih zemalja članica SZO, komparativne prikaze zemalja zaraženih koronavirusom i najvažnije reference o Covidu-19 sa linkovima za pristup naučnim i stručnim radovima o pandemiji i Covid-19.
- **UNICEF Srbija:** <https://www.unicef.org/serbia/korona-virus-Covid-19> je takođe jedan od sajtova na kojem se možete informisati o pandemiji. Na sajtu su data i uputstva o zaštitnim merama tokom pandemije koronavirusa, informacije o tome kako prepoznati simptome, kontakti najvažnijih ustanova, kao i mnoga druga praktična uputstva i saveti za sve članove porodice.
- **Vlada Republike Srbije:** <https://www.srbija.gov.rs/>, sve vesti, aktuelnosti i odluke Vlade dostupne su na ovom sajtu. Na naslovnoj strani postavljeni su linkovi ka najvažnijim servisnim informacijama, propisima i aktima o Covidu-19 i pristup sajtu Korona virus Covid-19.
- **AP Vojvodina, Vlada Vojvodine:** <http://www.vojvodina.gov.rs/> na sličan način kao i Vlada RS obaveštava građane u toku trajanja pandemije Covid-19.
- **Pokrajinski sekretarijat za zdravstvo:** <http://www.zdravstvo.vojvodina.gov.rs/> pruža sve neophodne podatke o osnovnim postupcima u borbi protiv Covid-19. Pored servisnih informacija koje su dostupne, omogućen je i kol centar za pomoć građanima.
- **Portal eZdravlje Ministarstva zdravlja Republike Srbije. Covid-19:** <https://www.e-zdravlje.gov.rs/landing/> Izuzetno koristan portal na kojem je omogućeno popunjavanje upitnika samoprocene simptoma Covida-19. Na osnovu odgovora ispitanik dobija smernice o daljem postupanju. Ispitanik ima mogućnost da ostavi broj telefona. Ukoliko odgovori ukažu na sumnju na Covid-19, ispitanika će pozvati lekar na pregled u Domu zdravlja.

Važno je napomenuti da su i **internet portali lokalnih samouprava** takođe validan izvor informacija u vreme trajanja pandemije.

dr Angela Mesaroš Živkov, prof.⁵⁰

- <https://www.juznevesti.com/Sport/Besplatni-treninzi-niskog-kluba-tokom-pandemije-korona-virusa.sr.html>
- <https://www.rts.rs/page/stories/sr/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%81/story/3148/zivot-u-vreme-pandemije/3905263/javni-cas-vezbanje-sport-rts.html>
- <https://www.bebac.com/vesti/kako-da-kvalitetno-provodite-vreme-sa-decom-u-toku-vanrednog-stanja>
- <https://youtu.be/nUen8yxJOYo> - Pokrenimo našu decu. Aqua Viva i Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja pokrenuli su program „Pokrenimo našu decu“
- <https://youtu.be/skSbg1IGup8> - Morning Kids Workout: Wake Up Exercises
- <https://youtu.be/h3Xrtm0IVnY> - 10 Fun Daily Exercise For Kids To Do At Home
- <https://www.youtube.com/channel/UCTIwFB4ciFi5ZClu-VlwaOg> - Little Sports
- <https://www.youtube.com/watch?v=s-Z127YfUQo> - Yoga animal poses - Yoga practice tutorial - Yoga class for children
- <https://www.youtube.com/watch?v=ro3NWgrWauU> - MEGA Flow! - Hey Duggee Yoga - Hey Duggee
- <https://youtu.be/wUdmf22bZVU> - Vežbe za decu kod kuće (3 - 4 godine) - Exercise for kids at home (3 - 4 years old)

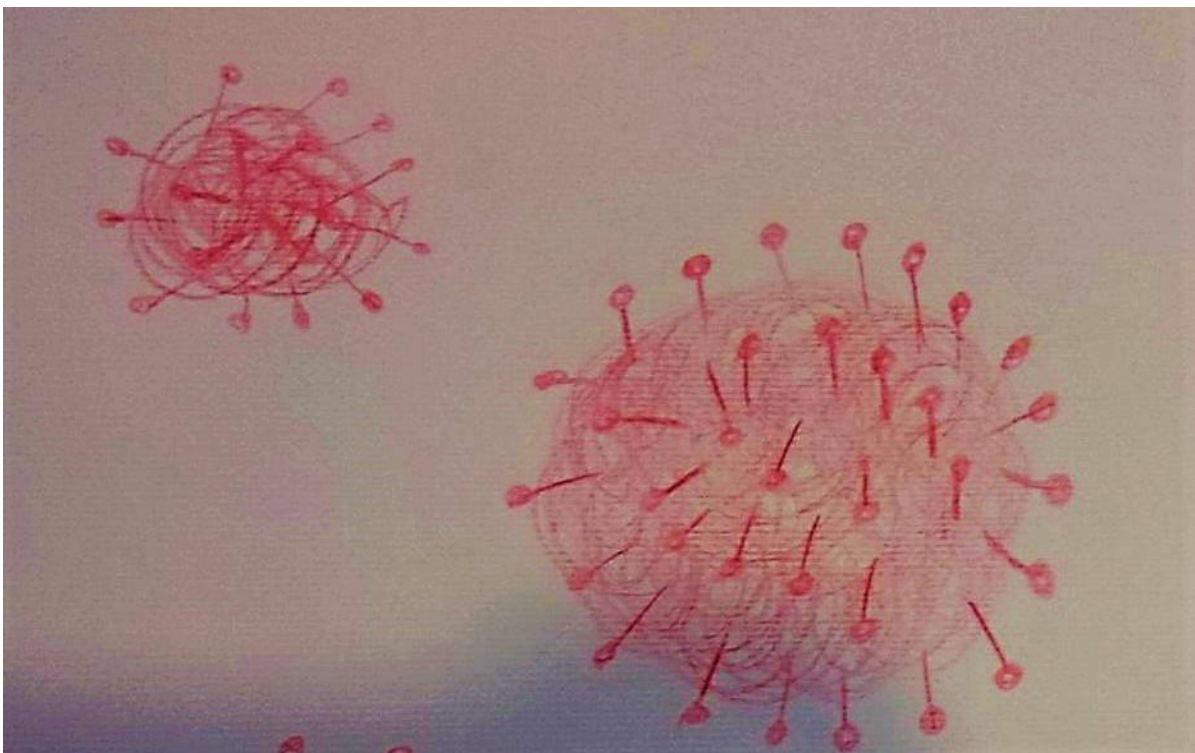


Slika 34: „Pogled kroz prozor za vreme pandemije“, april 2020. godine, dečak, 7 godina

⁵⁰E-mail: angelamesaros.zivkov@gmail.com



Slika 35: „Ko mi najviše nedostaje – baka“, april 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 36: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april 2020. godine, devojčica, 6 godina

PRILOZI

PRILOG 1: IMEJL - POZIVNO PISMO I OBAVEŠTENJE UPUĆENI STUDENTIMA

Autorke teksta:

dr Jelena Mićević Karanović

dr Angela Mesaroš Živkov

Ana Vukobrat, master

Dana: 9. 04. 2020.

Poštovani studenti osnovnih i master strukovnih studija,

Obaveštavamo vas da od petka, 10. aprila 2020. godine, kreće realizacija projekta čiji je nosilac Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi, pod nazivom: *Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19.*

Preko vođa grupa, na svoj imejl ili preko Vibera, dobićete link sa Upitnikom koji treba da onlajn popunite, a pre toga pažljivo pročitajte uputstvo.

Istraživanje će trajati od 10. do 15. aprila 2020. godine

Autori teksta:

dr Jelena Mićević Karanović

dr Angela Mesaroš Živkov

dr Vladimir Varađanin

mr Srbislava Pavlov i

Ana Vukobrat, master

Dana: 10. 04. 2020.

Poštovani studenti osnovnih i master strukovnih studija,

Pozivamo vas da učestvujete u istraživanju koje je deo projekta pod nazivom ***Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19.***

Projektni tim čine:

- **dr Jelena Mićević Karanović**, doktor psiholoških nauka i profesor strukovnih studija za psihološku grupu predmeta;
- **dr Angela Mesaroš Živkov**, doktor metodike nastave i profesor strukovnih studija u oblasti pedagoške i andragoške nauke;
- **dr Milanka Maljković**, doktor pedagoških nauka i profesor strukovnih studija u oblasti pedagoških nauka – metodika nastave;
- **dr Rosa Šapić**, doktor medicinskih nauka, specijalista neuropsihijatar i profesor strukovnih studija u oblasti medicinskih nauka;
- **dr Dragana Malešević**, doktor didaktičko-metodičkih nauka, doktor pedagoških nauka i profesor strukovnih studija za pedagošku grupu predmeta;
- **dr Vladimir Varađanin**, doktor nauka u oblasti menadžmenta i biznisa, rukovodilac za informacione sisteme i tehnologije;
- **mr Srbislava Pavlov**, magistar u oblasti pedagoških nauka i predavač za pedagošku grupu predmeta;
- **Ana Vukobrat**, master pedagog i asistent u oblasti pedagoških i andragoških nauka;
- **Tanja Brkljač**, diplomirani filolog Engleskog jezika i književnosti – master i nastavnik stranog jezika.

Popunjavanje upitnika je **ANONIMNO**, jednostavno je i zahtevaće od vas maksimalno 20 minuta angažovanja (**NEŠTO VIŠE VREMENA ĆE VAM TREBATI ZA PITANJA OTVORENOG TIPA, GDE NEMA PONUĐENIH ODGOVORA**).

Ukoliko upitnik popunjavate na mobilnom telefonu, molimo vas da obavezno telefon stavite u horizontalni položaj, odnosno da ga rotirate u položaj LANDSCAPE kako biste mogli da vidite sve ponuđene odgovore (na računaru su svi ponuđeni odgovori vidljivi).

**GARANTUJEMO VAM ANONIMNOST PRILIKOM PRIKUPLJANJA, ČUVANJA I OBJAVLJIVANJA
REZULTATA, TE VAS MOLIMO DA BUDETE ŠTO ISKRENIJI.
NA KRAJU UPITNIKA NEOPHODNO JE DA KLIKNETE NA DUGME „PROSLEDI“ KAKO BI SE VAŠI
ODGOVORI EVIDENTIRALI.**

Istraživanje traje od 10. do 15. aprila 2020. godine

HVALA UNAPRED!

PRILOG 3: UPITNIK

Autori upitnika:

dr Jelena Mićević Karanović,

dr Angela Mesaroš Živkov,

dr Milanka Maljković,

dr Vladimir Varađanin,

mr Srbislava Pavlov i

Ana Vukobrat, master

Dana: 10. 04. 2020.

Poštovani studenti,

U skladu sa aktuelnom situacijom pandemije koronavirusa, dr Jelena Mićević Karanović, prof. i Ana Vukobrat, master, uz svesrdnu podršku i aktivno učešće direktorice Škole dr Angele Mesaroš Živkov, prof. inicirale su projekat pod nazivom ***Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19.***

Istraživanju su se priključile i aktivno učešće uzele dr Milanka Maljković, prof., dr Rosa Šapić, prof., dr Dragana Malešević, prof., mr Srbislava Pavlov, predavač, MA Tanja Brkljač, nastavnik, a logističku podršku pružio je dr Vladimir Varađanin, koordinator za informacione sisteme i tehnologije u VŠSSOV u Kikindi.

Na sednici Nastavno-stručnog veća, doneta je odluka o tome da Škola bude nosilac projekta koji se, po uzoru na druge visokoškolske ustanove, realizuje onlajn i anonimno sa studentima osnovnih i master strukovnih studija u toku pandemije i vanredne situacije.

Realizacija ovog istraživanja veoma je značajna imajući u vidu da se dešava upravo u vreme pandemije, te su nam veoma važni vaši odgovori, sugestije i predlozi kao budućih vaspitača, već afirmisanih vaspitača, budućih master strukovnih vaspitača, a pre svega, kao naših studenata.

Važno nam je da u ovoj kriznoj situaciji pogledate u sebe, u svoj odnos prema drugim ljudima, da slobodno izrazite svoje emocije i stavove, te da znate da ne postoje tačni i pogrešni odgovori, nego samo iskreni i neiskreni, a doprinos ćete dati samo iskrenim odgovorima, sugestijama i preporukama.

Dobijene podatke ćemo čuvati, a publikacija o rezultatima istraživanja će se odnositi na deskriptivan prikaz celog uzorka istraživanja, a ne na pojedince.

Popunjavanje upitnika je jednostavno i zahtevaće od vas do 20 minuta angažovanja. Ukoliko upitnik popunjavate na svom mobilnom telefonu, molimo vas da obavezno telefon stavite u horizontalan položaj (**LANDSCAPE**) kako bi mogli da vidite sve ponuđene odgovore.

GARANTUJEMO VAM ANONIMNOST PRILIKOM PRIKUPLJANJA, ČUVANJA I OBJAVLJIVANJA REZULTATA, TE VAS MOLIMO DA BUDETE ŠTO ISKRENIJI.

Na samom kraju upitnika dajemo Vam izbor odabranih snažnih motivacionih poruka koje se odnose na to kako da se što bolje adaptirate na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19, a u monografiji u kojoj će se naći i rezultati ovog istraživanja, daćemo pregled šireg spektra preporuka kao i Vaša razmišljanja i poruke koje ste odabrali ili sami kreirali.

NA KRAJU UPITNIKA NEOPHODNO JE DA KLIKNETE NA DUGME „PROSLEDI“ KAKO BI SE VAŠI ODGOVORI EVIDENTIRALI.

HVALA UNAPRED!

NAPOMENA: Studenti koji prihvate da učestvuju u anketi daju saglasnost o tome potvrđivanjem u prvom pitanju ankete. Upitnik sadrži tekstualna pojašnjenja koja se po potrebi pojavljuju i vode vas kroz svaki odeljak ankete. Prilikom anketiranja postoje ograničenja i moguće je dati samo jedan odgovor na postavljeno pitanje. Ukoliko niste odgovorili na neko pitanje u odeljku upitnika, aplikacija vas vraća na to pitanje kako bi dali odgovor. Tek tada možete preći na sledeći odeljak. Sva polja se popunjavaju i obeležena su sa:

* **obavezno**

Saglasnost za učešće u istraživanju

Nakon što ste upoznati sa osnovnim informacijama u vezi ovog istraživanja, navedite da li ste saglasni da u njemu, kao student VŠSSOV, učestvujete:

1. Da
2. Ne

UPITNIK

OSNOVNI BIOGRAFSKI PODACI STUDENTA

1. Nivo studija koji trenutno pohađate:

- a) Osnovne strukovne studije
- b) Master strukovne studije

2. Pol ispitanika:

- a) Muški
- b) Ženski

3. Starost ispitanika:

- a) do 20 godina
- b) od 20 do 30 godina
- c) od 30 do 40 godina
- d) od 40 do 50 godina
- e) preko 50 godina

ZNANJE I INFORMISANOST O KORONAVIRUSU

1. Smatram da sam dovoljno informisan/a o koronavirusu:

- a) apsolutno DA
- b) delimično DA
- c) delimično NE
- d) apsolutno NE

2. O koronavirusu se informišem najviše putem:

- a) televizije
- b) internet portala
- c) štampanih medija
- d) društvenih mreža

3. Smatram da sam pravovremeno informisan-a o broju zaraženih i obolelih od koronavirusa:

- a) apsolutno DA
- b) delimično DA
- c) delimično NE
- d) apsolutno NE

4. U toku dana, prosečno provedem informišući se o koronavirusu:

- a) uopšte se ne informišem
- b) do 1 sat dnevno

- c) od 1 do 2 sata dnevno
- d) preko 2 sata dnevno

5. Smatram da su informacije o koronavirusu koje dobijamo putem medija istinite, proverene i realne:

- a) apsolutno DA
- b) delimično DA
- c) delimično NE
- d) apsolutno NE

EMOCIONALNO STANJE U TOKU VANREDNOG STANJA

1. U toku krizne situacije izazvane pandemijom Covid-19 i uvedenog vanrednog stanja, procenite koje emocije kod Vas dominiraju od kada se pojavio koronavirus u našoj zemlji

Emocionalna stanja	Nimalo	Slabo	Umereno	Prilično jako	Izuzetno jako
17. Ponosno					
18. Empatično					
19. Razdragano					
20. Optimistično					
21. Nesrećno					
22. Uznemireno					
23. Uplašeno					
24. Gnevno					
25. Postiđeno					
26. Nervozno					
27. Napeto					
28. Anksiozno					
29. Tužno					
30. Zabrinuto					
31. Nemoćno					
32. Pesimistično					

2. Kako virus korona nastavlja globalno širenje i broj dijagnostifikovanih slučajeva Covid-19 i dalje raste, anksioznost vezana za epidemiju takođe raste. Iako je osećaj zabrinutosti, kao odgovor na pretnju, normalna ljudska reakcija, dugotrajna i intenzivna zabrinutost može potkopati konstruktivne reakcije na krizu. Procenite stepen sopstvene anksioznosti na skali koja sledi (tvrdnje su modifikovana verzija skale RCMAS – The Revised Children’s Manifest Anxiety Scale (Reynolds & Richmond, 1978; prema Gerard & Reynolds, 1999)).⁵¹

Procena sopstvene anksioznosti	Potpuno se slažem	Uglavnom se slažem	Uglavnom se ne slažem	Uopšte se ne slažem
19. Čini mi se da drugi lakše obavljaju zadatke od mene.				
20. Često imam problem da dođem do daha.				
21. Sve vreme brinem.				

⁵¹Gerard, A. B. & Reynolds, C. R. (1999) “Characteristics and applications of the Revised Children’s Manifest Anxiety Scale”, in Maruish, M.E. (ed.) *The use of psychological testing for treatment and planning and outcomes assessment* (2nd edition, Mahwah, Lawrence Erlbaum Associates), pp. 323-340.

22. Plašim se mnogih stvari.
23. Teško mi je da zaspim uveče.
24. Osečam se usamljeno i kada sam okružen/a drugim ljudima.
25. Često osečam mučninu u stomaku.
26. Veoma sam umoran/a.
27. Sanjam ružne snove.
28. Moja osećanja se lako povrede kada sam uznemiren/a.
29. Ponekad se probudim preplašen/a.
30. Brinem kada uveče idem na spavanje.
31. Teško mi je da se koncentrišem na predispitne obaveze.
32. Često me brine nešto loše što može da se desi.

PONAŠANJE U TOKU VANREDNOG STANJA

1. U toku krizne situacije izazvane pandemijom Covid-19 i uvedenog vanrednog stanja, navedite kako najčešće provodite slobodno vreme

Slobodno vreme provodim najčešće	Nimalo	Malo	Umereno	Mnogo
1. Pridružujem se ukućanima u realizaciji kućnih obaveza.				
2. Provodim vreme sa prijateljima.				
3. Posvećen/a sam učenju.				
4. Čitam knjige koje ne pripadaju stručnoj literaturi.				
5. Provodim mnogo vremena na društvenim mrežama.				

2. U toku krizne situacije izazvane pandemijom Covid-19 i uvedenog vanrednog stanja, procenite kako se najčešće ponašate:

Moje ponašanje za vreme pandemije	Nimalo	Malo	Umereno	Mnogo
7. Pasivan sam – ležim, gledam TV, serije, filmove, slušam muziku.				
8. Pridružujem se volonterskim akcijama pružanja pomoći starijima i ugroženima.				
9. Pridružujem se ukućanima u realizaciji kućnih obaveza.				
10. Posvećen/a sam učenju i čitanju.				
11. Aktivan/a sam fizički u uslovima koje imam.				
12. Doniram novac i/ili druge potrepštine onima kojima je to potrebije.				

3. Procenite koju strategiju prevladavanja stresa/ulaganja napora za redukovanje ili toleranciju spoljašnjih i unutrašnjih zahteva koji se postavljaju pred Vas koristite: ⁵²

⁵² Opisi strategija iz: Đurić, B. (2017). Razlike u kognitivnim strategijama prevladavanja stresa kod studenata iz Slovenije i Srbije. *Godišnjak za psihologiju Vol. 14, No 6*, str. 35–48.

Opis strategije za prevladavanje stresa	Uvek	Ponekad	Nikad
8. Sve događaje, pa čak i one negativne, prihvatam kao izazov. Trudim se da iz svega izvučem najbolje.			
9. Trudim se da prikupim informacije. Analiziram situaciju i tražim način da iz nje izađem. Maštam, vizualizujem i zamišljam srećan ishod.			
10. Uvek definišem prioritete i planove za njihovo ostvarivanje „korak po korak“. Racionalan/a sam.			
11. Usmeren/a sam na predikciju dešavanja koja mogu nastati u dalekoj budućnosti i ispitivanje ishoda različitih načina reagovanja na njih. Usmeren/a sam ka dalekoj budućnosti i svim potencijalnim problemima koji u njoj mogu nastati.			
12. Činim napore koji su usmereni na pronalaženje spoljašnjih resursa/izvora za prevladavanje – od traganja za informacijama do materijalne pomoći.			
13. Tražim podršku od bliskih osoba, njihovu pažnju, prihvatanje i odobravanje.			
14. Odlažem razmišljanje ili bavljenje potencijalno stresnim situacijama.			

SOCIJALNI ODNOSI U PORODICI, LOKALNOJ ZAJEDNICI, SA KOLEGAMA/KOLEGINICAMA IZ ŠKOLE U TOKU VANREDNOG STANJA

- Navedite kakvi su uopšteno međusobni odnosi u Vašoj porodici za vreme vanrednog stanja:
 - mного bolji
 - delimično bolji
 - lošiji nego što su bili
 - nepromenjeni
- Kako procenjujete emocionalnu interakciju u svojoj porodici u vreme vanrednog stanja:
 - podržavamo se više nego ikada
 - zbližili smo se
 - izbegavamo se
 - isti su kao i pre
- Da li u Vašoj lokalnoj zajednici postoje centri za podršku u vanrednim situacijama i ljudima koji su u izolaciji:
 - postoje, dovoljno ih je
 - postoje, nije ih dovoljno
 - nisam upoznat/a
 - ne postoje
- Kako procenjujete Vaše odnose sa drugim studentima i studentkinjama tokom vanrednog stanja:
 - podržavamo se više nego ikada
 - zbližili smo se
 - izbegavamo se
 - isti su kao i pre

ODNOS PREMA OBOLELIMA OD KORONAVIRUSA

- Moj stav prema zaraženima i/ili obolelima od koronavirusa:
 - ne poznajem nikoga ko je zaražen, te me nije ni briga
 - daleko je to od mene, ne dotiče me

- c) ravnodušan/a sam
- d) duboko saosećam sa obolelim i njegovom/njenom porodicom

2. Moj stav prema porodici u kojoj ima zaraženih i/ili obolelih od koronavirusa:

- a) treba ih nekako obeležiti, da svi znaju ko su
- b) treba ih izbegavati
- c) to može svakom da se dogodi, pa i meni i mojoj porodici
- d) ne treba ih nikako stigmatizovati, diskriminisati

OPŠTE STANJE I POTREBE ZA VREME VANREDNOG STANJA

1. Navedite šta vam najviše nedostaje da radite dok traje vanredno stanje zbog pandemije Covid-19?

2. Šta ćete prvo uraditi kada se završi vanredno stanje zbog pandemije koronavirusa Covid-19?

3. Da li i koje Vaše stavove je vanredno stanje izazvano pandemijom Covid-19 promenilo kod Vas?

4. Navedite najlepšu i najafirmativniju motivacionu poruku koju ste preko medija čuli, pročitali, a tiče se preporuka kako bismo očuvali psihofizičko zdravlje i kako bismo zaštitili sebe i druge.

5. Navedite najlošiju poruku, po Vama, koju ste preko medija čuli, pročitali, za koju smatrate da je dezinformacija ili stvara paniku kod građana.

6. Navedite neku svoju, ličnu, afirmativnu, motivacionu poruku koju biste želeli da podelite sa drugima.

7. Navedite koji su Vam prioriteti u uslovima života tokom vanrednog stanja:

8. Na skali od 1 (nisam se adaptirao/la) do 10 (adaptirao/la sam se) procenite koliko ste se adaptirali na vanredno stanje:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

9. Kako Škola može da Vam pomogne da lakše prebrodite ovu kriznu situaciju izazvanu pandemijom – napišite konkretan predlog.

10. Da li su poruke u vezi pandemije i vanrednog stanja koje Škola postavlja na društvene mreže u vreme vanrednog stanja dovoljno ohrabrujuće za Vas?

- a) apsolutno DA
- b) delimično DA
- c) delimično NE
- d) apsolutno NE

U TOKU VANREDNOG STANJA NAVEDITE ŠTA VAM NAJVIŠE POMAŽE - ODMAŽE

1. U toku vanrednog stanja najviše mi pomaže:

Najviše mi pomaže za vreme vanrednog stanja	Nimalo	Malo	Umereno	Mnogo
8. Komunikacija sa porodicom.				
9. Komunikacija sa prijateljima.				
10. Savetovanje sa stručnim licima.				
11. Informacije koje dobijam od stručnih lica				

preko medija.
12. Moje aktivnosti usmerene na pomaganje drugima kojima je pomoć još potrebija.
13. Humor u vidu poruka koje kruže društvenim mrežama.
14. Tapšanje medicinskom osoblju u 20.00 časova.

2. U toku vanrednog stanja najviše mi odmaže:

Najviše mi odmaže za vreme vanrednog stanja	Nimalo	Malo	Umereno	Mnogo
7. Onemogućenost ličnih kontakata sa porodicom.				
8. Onemogućenost ličnih kontakata sa prijateljima.				
9. Nepostojanje profesionalnog savetovanja sa stručnim licima.				
10. Zastrašujuće informacije koje dobijam od lekara preko medija.				
11. Neproverene informacije koje dobijam od nestručnih lica i iz neproverenih izvora putem društvenih mreža i putem ličnog kontakta.				
12. Moja povremena panika, strah i anksioznost koji me blokiraju u nastojanju da pomognem drugima kojima je pomoć još potrebija.				

EVALUACIJA ONLAJN NASTAVE U TOKU VANREDNOG STANJA

- Da li su Vam informacije postavljene na sajtu Škole u delu koji se odnosi na onlajn nastavu korisne?
 - apsolutno DA
 - delimično DA
 - delimično NE
 - apsolutno NE
- Da li su Vam nastavnici i saradnici Škole dostupni putem imejla?
 - apsolutno DA
 - delimično DA
 - delimično NE
 - apsolutno NE
- Da li uspevate da u dovoljnoj meri putem onlajn nastave prikupite predispitne poene?
 - apsolutno DA
 - delimično DA
 - delimično NE
 - apsolutno NE
- Da li uspevate da uradite vežbe, seminarske radove i druge zadatke predviđene planom i programom?
 - apsolutno DA
 - delimično DA

- c) delimično NE
d) apsolutno NE
5. **Da li Vam onlajn nastava omogućava da savladate gradivo predviđeno nastavnim planom i programom?**
a) apsolutno DA
b) delimično DA
c) delimično NE
d) apsolutno NE
6. **Kao budućim strukovnim vaspitačima ili budućim strukovnim master vaspitačima, zbog uvođenja vanrednog stanja, za sada Vam je onemogućena praksa u predškolskim ustanovama. Kakav je vaš stav prema tome?**
a) to me ne brine jer imam dovoljno ličnog iskustva
b) smatram da ćemo to nadoknaditi
c) delimično sam zbog toga zabrinut/a
d) smatram da će to ostaviti trajnu posledicu po naše znanje i kompetencije

PREPORUKE STUDENATA KAKO BI ŠKOLA TREBALO DA POSTUPI U OVOJ SITUACIJI I TAKO STUDENTIMA OLAKŠA ČITAVU SITUACIJU

1. **Napišite konkretne preporuke za poboljšanje rada Škole u vanrednoj situaciji i kada je onlajn nastava u pitanju.**
-

Hvala na uloženom trudu i vremenu!

IZDVAJAMO NEKE MOTIVACIONE PORUKE KOJE SU SE POJAVILE U KRIZNOJ SITUACIJI IZAZVANOM PANDEMIJOM COVID-19, A KOJE MOGU I VAS DA INSPIRIŠU:

Udaljeni, ali ujedinjeni!

Ne grlimo se danas, da bismo se sutra jače zagrlili!

Život nije čekati da prođe oluja već naučiti da se pleše na kiši!

Strah može da od tebe napravi zatvorenika. Nada će te osloboditi!

Ponekad je udaljavanje jedini način da budeš tu za nekoga!

Ostati kod kuće je čin ljubavi!

PRILOG 4: IMEJL UPUĆEN DIREKTORIMA I VLASNICIMA PREDŠKOLSKIH USTANOVA U VEZI SAGLASNOSTI

Autorke teksta:

dr Jelena Mićević Karanović

dr Angela Mesaroš Živkov

Dana: 10. 04. 2020.

**Direktorima i/ili vlasnicima predškolskih ustanova
Kikinda, Novi Kneževac, Požega, Vrbas, Novi Sad**

PREDMET: Molba direktorima i/ili vlasnicima predškolskih ustanova da daju saglasnost istraživačima da stupe u kontakt sa vaspitačima predškolskih ustanova kako bi oni kontaktirali roditelje/staratelje dece predškolskog uzrasta i kako bi nam oni ustupili crteže koje su deca realizovala za vreme vanrednog stanja i pandemije izazvane usled Covid-19

Poštovani/a,

Na sednici Nastavno-stručnog veća Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi doneta je odluka da Škola bude nosilac projekta pod nazivom *Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19* koji se, po uzoru na druge visokoškolske ustanove, realizuje onlajn i anonimno sa studentima osnovnih i master strukovnih studija u toku pandemije i vanredne situacije.

Istraživanje ima za cilj da istraži oblast u kojoj ne postoji dovoljno teorijskih i empirijskih nalaza i da na deskriptivnom nivou da odgovore na istraživačka pitanja, objasni nalaze i da konkretne preporuke u aktuelnom trenutku, u toku pandemije i proglašenja vanrednog stanja u Srbiji.

Dobijeni rezultati, uz teorijska razmatranja i preporuke, biće objavljeni u vidu monografije koja će se u elektronskoj verziji naći na sajtu Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi.

Iako deca predškolskog uzrasta nisu predmet našeg istraživanja, ipak smatramo da ovu monografiju indirektno posvećujemo upravo njima, jer su naši studenti budući strukovni vaspitači ili budući strukovni master vaspitači, a među njima ima i roditelja/staratelja dece predškolskog uzrasta. Pored toga, jedan deo u monografiji biće posvećen teorijskim razmatranjima na temu Deca predškolskog uzrasta u vanrednoj situaciji izazvanoj pandemijom Covid-19, a pri kraju knjige ponudićemo i niz preporuka roditeljima, vaspitačima i studentima kako da pravilno postupaju sa decom u vreme aktuelne pandemije, ali i drugih (potencijalnih) vanrednih stanja i kriznih situacija koje mogu da dovedu do kriznih stanja.

Zbog svega navedenog, molimo Vas da nam izađete u susret i omogućite vaspitačima da stupe u kontakt sa roditeljima koji će potom odlučiti da li žele da nam ustupe crteže svoje dece.

U prilogu dajemo tekst poziva roditeljima u celini.

Unapred hvala, uz molbu da saglasnost takođe pošaljete imejlom, u skladu sa datom situacijom.

Direktorica Škole:
dr Angela Mesaroš Živkov, prof.

PRILOG 5: IMEJL UPUĆEN VASPITAČIMA, RODITELJIMA I STUDENTIMA U VEZI DEČJIH CRTEŽA

Autorke teksta:

dr Jelena Mićević Karanović

dr Angela Mesaroš Živkov

mr Srbislava Pavlov i

Ana Vukobrat, master

Dana: 15. 04. 2020.

Poštovani,

U cilju kompletiranja monografije koja je rezultat realizacije projekta pod nazivom *Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19*, čiji je nosilac Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi, molimo Vas da, ukoliko ste u mogućnosti, prosledite crteže predškolske dece koji su nastali u toku pandemije i proglašenog vanrednog stanja.

Bitno je da to budu autentični dečji crteži koji su nastali baš u toku pandemije, izolacije, uvedenog policijskog časa.

Tema je slobodna, tj. možete detetu predložiti da nacрта nešto u vezi sa aktuelnom situacijom – pandemijom, s tim što ćete mu na njegovom uzrasnom i razvojnom nivou to objasniti ili mu samo kratko sugerišite potencijalne teme na koje ono želi da crta, tehnikom koju samo dete želi da primeni. Pustite dete da slobodno izrazi svoje emocije.

Dečje crteže nećemo individualno interpretirati, niti vršiti psihološku analizu.

Slanjem crteža smatraćemo da ste saglasni da oni budu i objavljeni, a autori knjige će odlučiti koje će crteže uvrstiti u monografiju, imajući u vidu mogućnosti obima planirane knjige.

Važno je samo da napišete da li je crtež uradio dečak ili devojčica, koliko dete ima godina (od 3 do 7) i koju je temu dete odabralo (slobodnu ili temu pandemije).

Dakle, u monografiji bi crtež bio objavljen uz ovakvu napomenu:

Slika 1: Crtež na slobodnu temu nastao u periodu pandemije, aprila 2020, dečak/devojčica, 5 godina

Ili:

Slika 2: Crtež na temu pandemije, april 2020, dečak/devojčica, 5 godina

Orijentacione i potencijalne teme ako dete želi da crta na temu pandemije i ostali neophodni podaci
(TEMA, POL, UZRAST):

Crtež na temu „Moja porodica u vreme pandemije“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Moja porodica se čuva od koronavirusa“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Moja porodica pod maskama“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Moja maska u vreme pandemije“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Maska kakvu bih želeo/želela da imam“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Kako da se zaštitimo od virusa“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Kako da ostanemo zdravi“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Moj doktor“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Medicinski radnici u doba pandemije“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Šta mi najviše nedostaje“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Ko mi najviše nedostaje“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Kako izgleda koronavirus“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Kako se borimo protiv koronavirusa“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Ostani kod kuće“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Kako pobediti koronavirus“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
Crtež na temu „Kako zamišljam da koronavirus izgleda“, april 2020, dečak ili devojčica, 3-7 godina
i druge slične teme.

Osnovno uputstvo: detetu dajte mogućnost da se samo opredeli da li će crtati na slobodnu temu ili će uraditi crtež na temu pandemije. Ukoliko se dete odluči za drugu temu, ukratko sa njim/njom o tome porazgovarajte. Iako pretpostavljamo da ste kao roditelji to već uradili, ipak, još malo tome posvetite pažnju. Dakle, na njegovom/njenom nivou objasnite detetu najosnovnije činjenice o koronavirusu, o vanrednom stanju, preporukama zdravstvenih radnika, zbog čega mora da bude u izolaciji za vreme policijskog časa, zbog čega ne ide u vrtić, ne druži se sa vršnjacima i slično, odnosno što dete može da razume na uzrastu na kojem je. Ukoliko mislite da je značajno, možete zapisati i šta je dete govorilo dok je crtalo. Pitajte ga ko ili šta mu sada najviše nedostaje, čega se zaželeo/zaželela, i slično.

**Sve crteže koje želite da nam ustupite, pošaljite najkasnije do 30. aprila 2020.
godine
fotografisane ili skenirane (navedite samo osnovne podatke: TEMA (gore su
navedeni predlozi), POL, UZRAST deteta od 3 do 7 godina)**

na E – mail Ane Vukobrat:

anaanuska.am@gmail.com

Projektni tim čine:

dr Jelena Mićević Karanović, doktor psiholoških nauka i profesor strukovnih studija za psihološku grupu predmeta;

dr Angela Mesaroš Živkov, doktor metodike nastave i profesor strukovnih studija u oblasti pedagoške i andragoške nauke;

dr Milanka Maljković, doktor pedagoških nauka i profesor strukovnih studija u oblasti pedagoških nauka – metodika nastave;

dr Rosa Šapić, doktor medicinskih nauka, specijalista neuropsihijatar i profesor strukovnih studija u oblasti medicinskih nauka;

dr Dragana Malešević, doktor didaktičko-metodičkih nauka, doktor pedagoških nauka i profesor strukovnih studija za pedagošku grupu predmeta;

dr Vladimir Varađanin, doktor nauka u oblasti menadžmenta i biznisa, rukovodilac za informacione sisteme i tehnologije;

mr Srbislava Pavlov, magistar u oblasti pedagoških nauka i predavač za pedagošku grupu predmeta;

Ana Vukobrat, master pedagog i asistent u oblasti pedagoških i andragoških nauka;

Tanja Brkljač, diplomirani filolog Engleskog jezika i književnosti – master i nastavnik stranog jezika.

HVALA UNAPRED!



Висока школа струковних
студија за образовање
васпитача у Кикинди

Дана: 11. 04. 2020.

Прво саопштење за медије, сајт школе и друштвене мреже о пројекту чији је носилац Висока школа струковних студија за образовање васпитача у Кикинди о КРИЗНОЈ СИТУАЦИЈИ ИЗАЗВАНОЈ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19

На електронској седници Наставно-стручног већа Високе школе струковних студија за образовање васпитача у Кикинди одржаној од 8. до 10. априла 2020. године, донета је одлука да Школа буде носилац пројекта чији је назив **ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19**.

Реализација истраживања је започета у петак, 10.04.2020. и траје до среде, 15.04.2020. године.

Ауторка пројекта, др Јелена Мићевић Карановић, истиче да се основно истраживачко питање односи на испитивање да ли је кризна ситуација изазвала и кризна стања код студената основних и мастер струковних студија ВШССОВ у Кикинди. Да би се одговорило на ово питање и допунили налази неопходно је одговорити и на друга истраживачка питања везана за протективне факторе које испитаници користе, психолошке ресурсе које поседују и користе како би се адаптирали и пребродили новонасталу, изненадну и неочекивану кризну ситуацију. Циљ ове експлоративне студије је да истражи област у којој не постоји довољно теоријских и емпиријских налаза и да на дескриптивном нивоу да одговоре на истраживачка питања, објасни налазе и да конкретне препоруке у актуелном тренутку, у току пандемије и проглашења ванредног стања у Србији. Примењени метод је неексперименталан, онлајн анкетно истраживање на узорку, као и анализа садржаја одговора добијених на питања отвореног типа. Резултати ће бити представљени дескриптивно, квалитативни одговори биће квантификовани, а налази ће бити имплементирани у виду монографије објављене на сајту ВШССОВ у Кикинди, са циљем информисања студената и шире читалачке публике; измене наставних садржаја који ће се односити на превенцију и заштиту здравља уз обогаћивање постојећих садржаја који се односе на адаптацију на кризну ситуацију, пре свега у области медицинских, психолошких и педагошких наука; али и давања конкретних препорука како да се студенти, васпитачи и предшколска деца што боље адаптирају на кризну ситуацију изазвану пандемијом вируса Covid-19.

Сви чланови истраживачког тима су запослени у Високој школи струковних студија за образовање васпитача у Кикинди, а тим чине:

- **др Јелена Мићевић Карановић**, доктор психолошких наука и професор струковних студија за психолошку групу предмета;
- **др Ангела Месарош Живков**, доктор методике наставе и професор струковних студија у области педагошких и андрагошких наука;
- **др Миланка Маљковић**, доктор педагошких наука и професор струковних студија у области педагошких наука – методика наставе;

- **др Роса Шапић**, доктор медицинских наука, специјалиста неуропсихијатар и професор струковних студија у области медицинских наука;
- **др Драгана Малешевић**, доктор дидактичко-методичких наука, доктор педагошких наука и професор струковних студија за педагошку групу предмета;
- **др Владимир Варађанин**, доктор наука у области менаџмента и бизниса, руководилац за информационе системе и технологије;
- **мр Србислава Павлов**, магистар у области педагошких наука и предавач за педагошку групу предмета;
- **Ана Вукобрат, мастер педагог** и асистент у области педагошких и андрагошких наука;
- Тања Бркљач, дипломирани филолог Енглеског језика и књижевности – мастер и наставник страног језика.

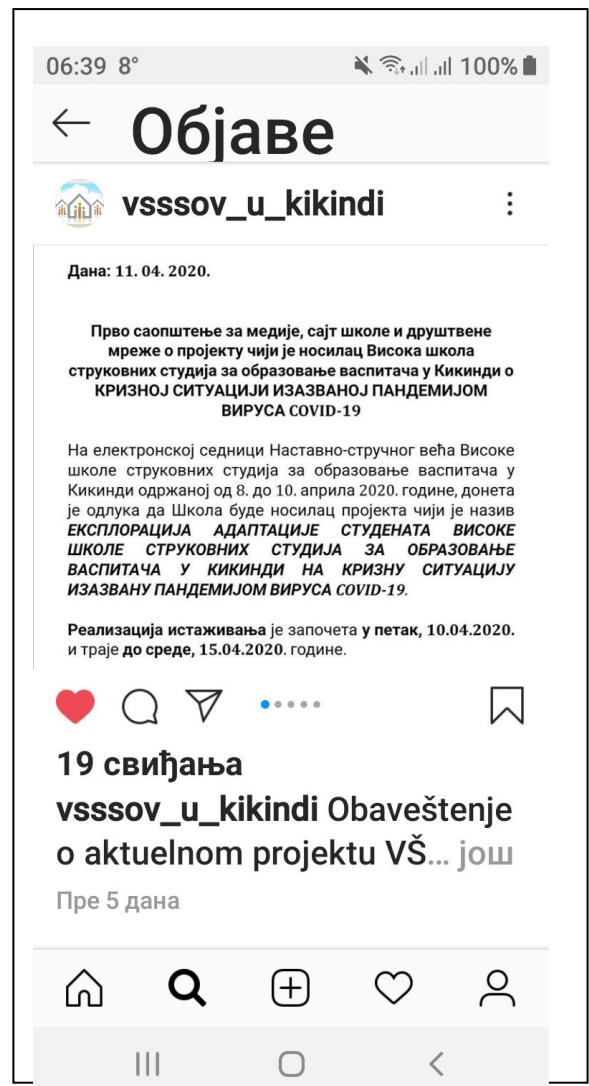
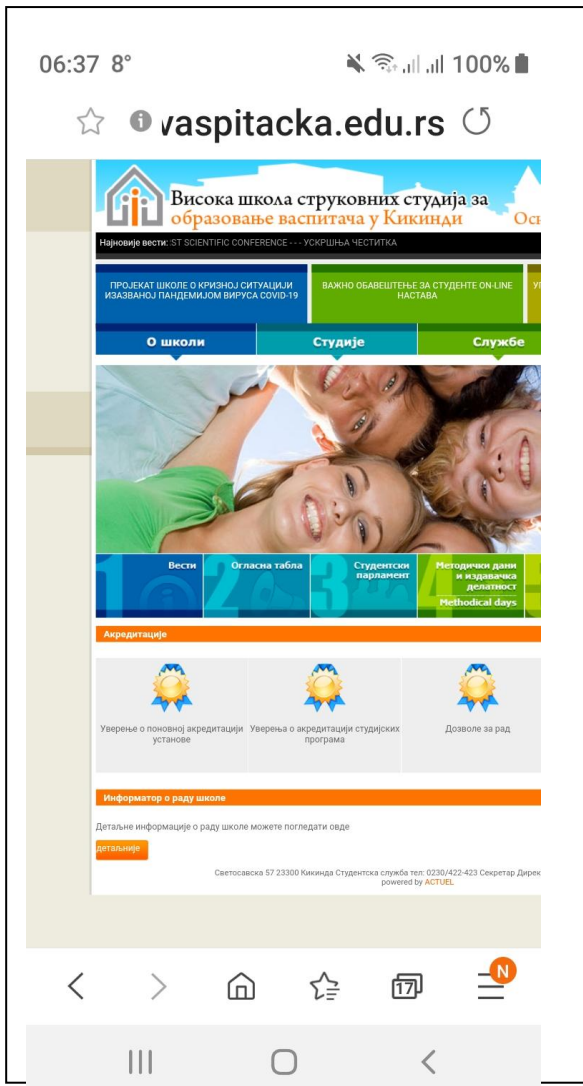
Директорица Школе:
др Ангела Месарош Живков

Ауторка пројекта:
др Јелена Мићевић Карановић

Саопштење за медије, сајт и друштвене мреже је објављено на:

- Portal TV Rubin: http://tvrubin.rs/istrazivanje-vsssov-o-kriznoj-situaciji-izazvanoj-pandemijom-kovid-19-autorka-projekta-dr-jelena-micevic-karanovic/?fbclid=IwAR2q9hqgc_9rwFdk5MDq5LP04LqtGONVsilskN8Jaoj6o6QWynigPu-e3lk
- Portal Gradski. Online: <http://gradski.online/istrazivanje-da-li-je-krizna-situacija-izazvala-i-krizna-stanja-kod-studenata-vsssov/>
- Kikinda News: <http://kikindanews.rs/2020/04/12/vsssov-nosilac-projekta-eksploracije-adaptacije-studenata-u-kriznoj-situaciji-covid-19-kikinda-online-news/>
- На сајту VŠSSOV у Kikindi: <http://www.vaspitacka.edu.rs/>
- На друштвеним мрежама VŠSSOV у Kikindi: <https://www.instagram.com/p/B-2NdPrBil8/?igshid=1n7v0wy6lre46>







Висока школа струковних
студија за образовање
васпитача у Кикинди

Дана: 16. 04. 2020.

Друго саопштење за медије, сајт школе и друштвене мреже

**ПРВИ РЕЗУЛТАТИ НАКОН СПРОВЕДЕНОГ ИСТРАЖИВАЊА НА УЗОРКУ ОД 179
СТУДЕНТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ
ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ**

У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА

*„ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА
ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-
19“*

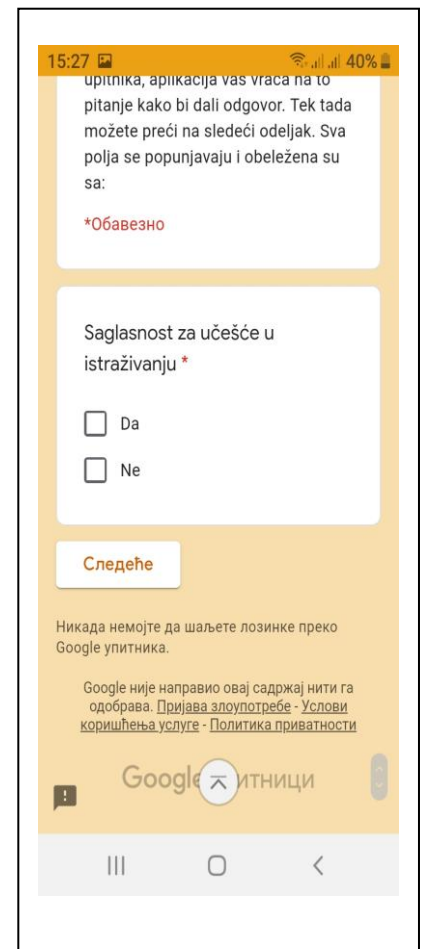
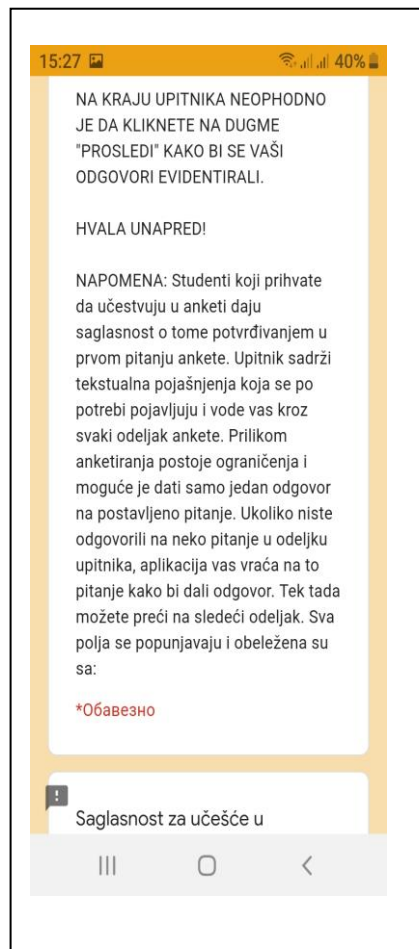
Анкетирање је трајало од петка, 10. 04. 2020. до среде, 15. 04. 2020.

**ДО САДА СУ ОБРАЂЕНИ РЕЗУЛТАТИ КОЈИ СЕ ОДНОСЕ НА ОСНОВНЕ БИОГРАФСKE ПОДАТКЕ
И НА ЗНАЊЕ И ИНФОРМИСАНОСТ О КОРОНАВИРУСУ**

(самопроцена знања, информисаности, извора информисања, поверења у поузданост и изворе
информација, поверења у медије, време које испитаници проводе информишући се)

У складу са актуелном ситуацијом пандемије коронавируса, др Јелена Мићевић Карановић, проф. и Ана Вукобрат, мастер, уз свесрдну подршку и активно учешће директорице Школе др Ангеле Месарош Живков, проф. иницирале су пројекат под називом *Експлорација адаптације студената Високе школе струковних студија за образовање васпитача у Кикинди на кризну ситуацију изазвану пандемијом вируса COVID-19*. Истраживању су се прикључили др Миланка Маљковић, проф., др Роса Шапић, проф., др Драгана Малешевић, проф., др Владимир Варађанин, координатор за информационе системе и технологије, мр Србислава Павлов, предавач и Тања Бркљач, мастер.

Студентима је достављен онлајн упитник који садржи следеће целине: Основна обавештења о пројекту и истраживању; Упутство за попуњавање; Гаранцију анонимности; Техничка упутства; Сагласност за учешће у истраживању; Основне биографске податке; Знање и информисаност о коронавирусу; Емоционално стање у току ванредног стања; Понашање у току ванредног стања; Социјални односи у породици, локалној заједници, са колегама/колегиницама из школе у току ванредног стања; Однос према оболелима од коронавируса; Опште стање и потребе за време ванредног стања; Евалуацију онлајн наставе у току ванредног стања и Препоруке студената како би школа требало да поступи у овој ситуацији и тако студентима олакша читаву ситуацију.



Садржај истраживања обухвата испитивање:

- **Когнитивне компоненте** која укључује знање и информисаност о коронавирусу (самопроцена информисаности, извора информисања, поверења у поузданост и изворе информација, време које испитаници проводе информишући се);
- **Емоционалне компоненте**, дефинисане преко самопроцене доминантног емоционалног стања у току ванредног стања, **од емоција пријатности, непријатности, па до самопроцене степена анксиозности;**
- **Бихејвиоралне компоненте**, односно **понашања у току ванредног стања** (како проводе слободно време; у ком степену реагују проактивно и/или рефлексивно; у **ком степену стратешки планирају превладавање стреса**; да ли реагују превентивно и које напоре улажу у проналажење спољашњих и унутрашњих емоционалних ресурса или пак користе стратегију избегавања; које стратегије одлагања размишљања или бављења потенцијално стресним ситуацијама користе);
- **Социјалних односа у породици** који укључују процену да ли су ти односи непромењени, бољи или пак нарушени, уз процену емоционалних реакција и комуникације у породици; **социјалне односе у локалној заједници** који се односе на испитивање да ли у локалној средини испитаника постоје центри за подршку у ванредним ситуацијама и људима који су у изолацији и **социјалне односе са другим студентима**, односно процену да ли су ти односи сада бољи, нарушени или су остали непромењени;

- *Става према зараженима, оболелима од Covid-19 и њиховим породицама, од равнодушности, емпатије до избегавања, стигматизације и дискриминације;*
- *Самопроцене општег стања адаптације* која обухвата испитивање шта студентима највише недостаје; које су им мотивационе поруке важне, а које их поруке које добијају преко медија узнемиравају; њихове личне афирмативне поруке и самопроцену степена адаптације на кризну ситуацију;
- *Механизама сопствених протективних фактора*, односно испитивање шта је то што им највише помаже у ванредној ситуацији (навике, ритуали, комуникација, саветовање, волонтирање, помоћ другим лицима), као и испитивање шта је то што им највише одмаже током ванредног стања (паника, страх, анксиозност, информисаност-дезинформисаност);
- *Квалитета онлајн наставе*, односно евалуацију наставе.

РЕЗУЛТАТИ ОБРАЂЕНИХ ПОДАТАКА:

Укупан узорак од 179 испитаника чине подузорци од 125 испитаника на основним струковним студијама и 54 студента мастер струковних студија.

- Структуру узорка према полу већински чине испитанице (160 студенткиња, односно 89,4%) и 19 испитаника (10,6%).
- Старосну структуру испитаника већински чине они који припадају старосној групи од 20 до 30 година (46,4%); потом следе испитаници старосне групе од 30 до 40 година (26,8%); од 40 до 50 година (14,5%); до 20 година (11,7%), а процентуално најмањи број испитаника припада групи преко 50 година (0,6%).

Знање и информисаност о коронавирусу и поверење у медије

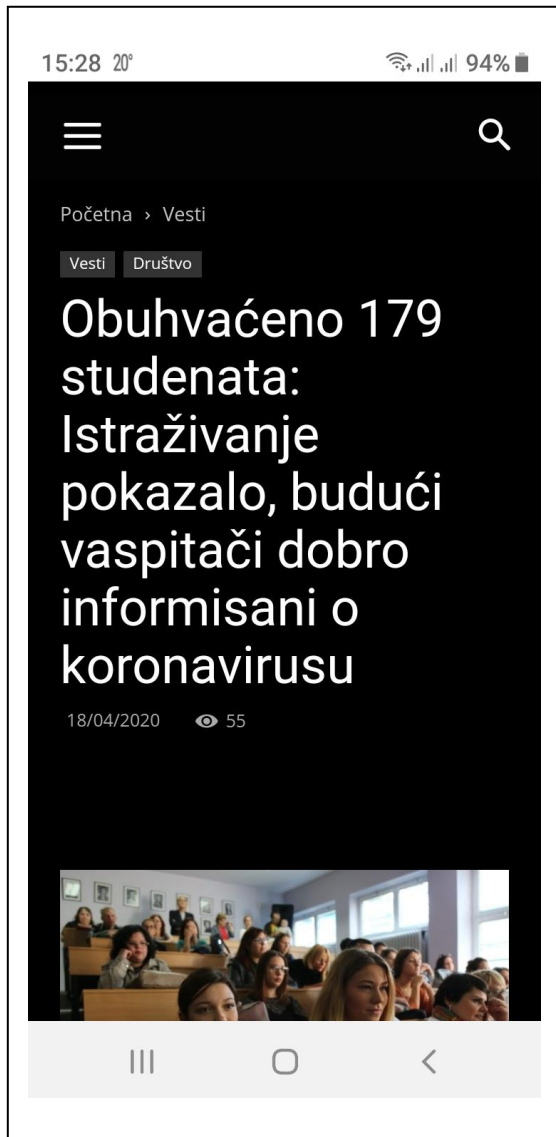
- Готово подједнак број испитаника сматра да је или апсолутно добро информисан о коронавирусу (49,2%), или пак делимично добро (49,7%), док два испитаника (1,1%), сматрају да нису довољно информисани о коронавирусу.
- Највећи број испитаника (59,8%) се о коронавирусу највише информисе путем телевизије, потом преко интернет портала (31,8%), затим преко друштвених мрежа (6,7%), а најмање преко штампаних медија (3 испитаника, односно 1,7%).
- Исти број испитаника се апсолутно, односно делимично слаже са ајтемом да је правовремено информисан о броју заражених и оболелих од коронавируса (обе подгрупе чине по 82 испитаника, односно по 45,8%), док се 8 испитаника (4,5%) апсолутно са тим не слаже, а седам испитаника (3,9%) се делимично са тим не слаже.
- Највећи број студената, 131 испитаник, односно 73,2% проводи информишући се о коронавирусу просечно до 1 сат дневно. Од 1 до 2 сата то чини свега 13,4% испитаника, док се уопште не информисе 17 испитаника (9,5%). Преко 2 сата дневно информишући се о коронавирусу проведе 7 испитаника (3,9%).
- Када је реч о поверењу које имају према информацијама које добијају путем медија, односно да ли сматрају да су информације које добијају путем медија истините, проверене и реалне, највећи број студената, односно 113 испитаника (63,1%) има делимично поверење у медије; 32 испитаника, односно 17,9%, делимично нема поверење у медије; 24 испитаника, тј. 13,4%, се изјаснило да апсолутно има поверење, и 10 испитаника, односно 5,6%, апсолутно нема поверења у информације које добија путем медија.

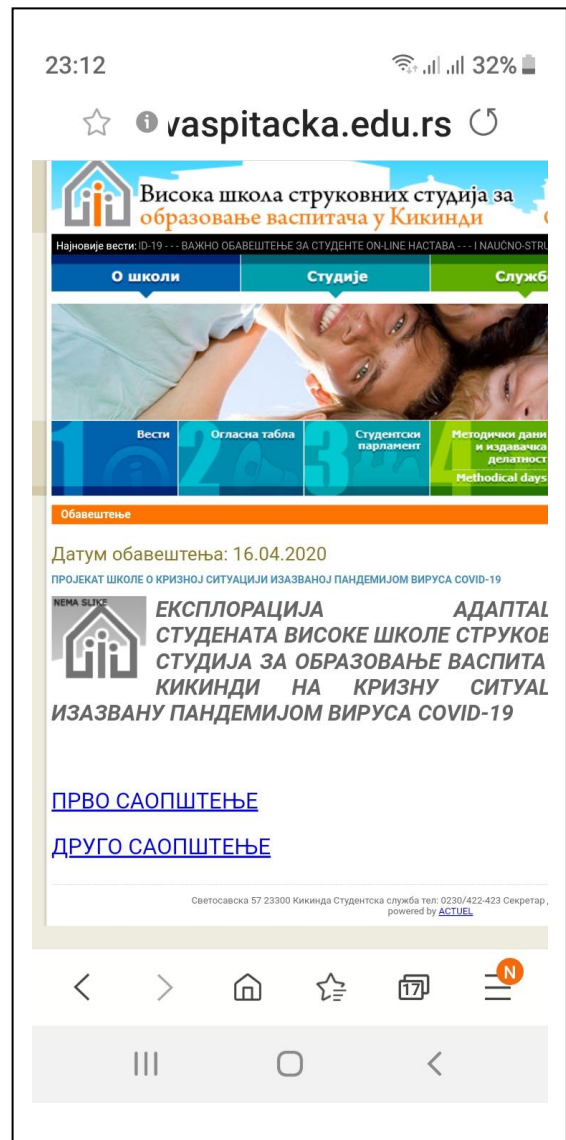
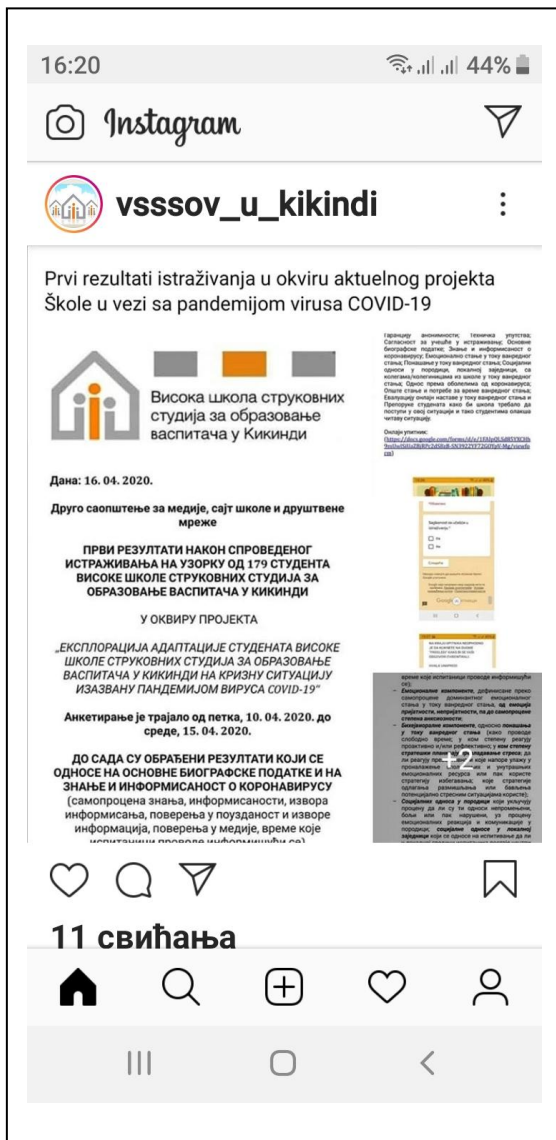
Директорица Школе:
др Ангела Месарош Живков

Ауторка пројекта:
др Јелена Мићевић Карановић

Saopštenje za medije, sajt i društvene mreže je objavljeno na:

- Na sajtu gradski on line: <http://gradski.online/obuhvaceno-179-studenata-istrazivanje-pokazalo-buduci-vaspitaci-dobro-informisani-o-koronavirusu/>
- Na sajtu VŠSSOV u Kikindi: <http://www.vaspitacka.edu.rs/>
http://www.vaspitacka.edu.rs/students/view_ob/6753
- Na društvenim mrežama VŠSSOV u Kikindi: <https://www.instagram.com/p/B-2NdPrBil8/?igshid=1n7v0wy6lre46>







Висока школа струковних
студија за образовање
васпитача у Кикинди

Дана: 23.04.2020.

Треће саопштење за медије, сајт школе и друштвене мреже

О ЦРТЕЖИМА ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УРЗАСТА У ЦИЉУ КОМПЛЕТИРАЊА МОНОГРАФИЈЕ У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА

***„ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ
ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19“***

Иако деца предшколског узраста нису превасходни предмет нашег истраживања, ипак ову монографију индиректно посвећујемо њима, јер су наши студенти будући струковни васпитачи или будући струковни мастер васпитачи, а међу њима има и родитеља/старатеља деце предшколског узраста. Поред тога, један део у монографији је посвећен теоријским разматрањима управо на тему *Деца предшколског узраста у ванредној ситуацији изазваној пандемијом вируса Covid-19*, а при крају књиге у делу *Препоруке* дајемо и низ препорука родитељима, васпитачима и студентима како да правилно поступају са децом у периоду актуелне кризне ситуације, односно пандемије, и у току других (потенцијалних) ванредних стања и кризних ситуација које потенцијално могу да доведу до кризних стања.



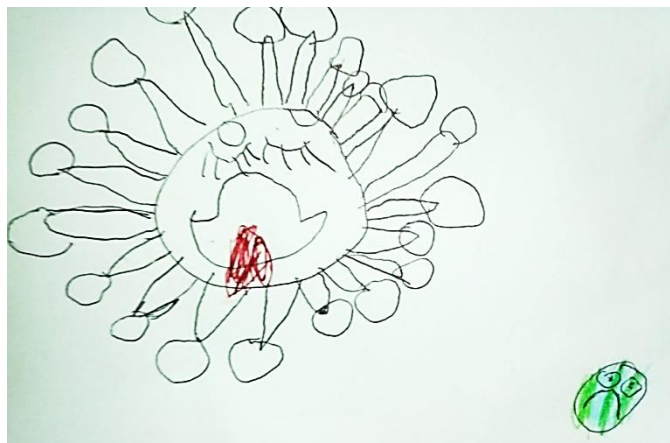
Слика 1: „Како победити вирус“, април, 2020. године, дечак, 3,5 године

Због свега наведеног, обратили смо се директорима и власницима предшколских установа:

- „Драгољуб Удицки“ Кикинда;
- „Срећно дете“ Нови Кнежевац;
- „Бошко Буха“ Врбас;
- „Магична бајка“ Београд;

- „Долина сунцокрета“ Нови Сад;
- „Различак“ Бачка Паланка;
- „Радост“ Нови Бановци;
- „Стоногица“ Сремска Митровица;
- „Полетарац“ Стара Пазова;
- „Дечја радост“ Свилајнац;
- „PLAYROOM“ Нови Сад.

Сагласност смо добили од свих наведених предшколских установа и ОВИМ ПУТЕМ ИМ ЗАХВАЉУЈЕМО!



Слика 2: „Корона напада свет“, април, 2020. године, девојчица, 6,5 година

Родитељи су били ти који су одлучили да ли желе да нам уступе цртеже своје деце.



Слика 3: „Како изгледа коронавирус“, април, 2020. године, девојчица, 6 година

ИМАЈУЋИ У ВИДУ ДА ЈЕ ПРИКУПЉАЊЕ ЦРТЕЖА ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА У ТОКУ И ДА ТРАЈЕ ДО 30. АПРИЛА, МОЛИМО СВЕ КОЈИ СУ ДОБИЛИ МЕЈЛ СА УПУТСТВОМ И МЕЈЛ АДРЕСОМ НА КОЈУ МОГУ ПОСЛАТИ ЦРТЕЖЕ ДА ТО УЧИНЕ НАЈКАСИЈЕ ДО НАВЕДЕНОГ ДАТУМА, А МИ ИМ УНАПРЕД ЗАХВАЉУЈЕМО!



Слика 4 „Шта ми највише недостаје“, април, 2020. године, девојчица, 3,5 године

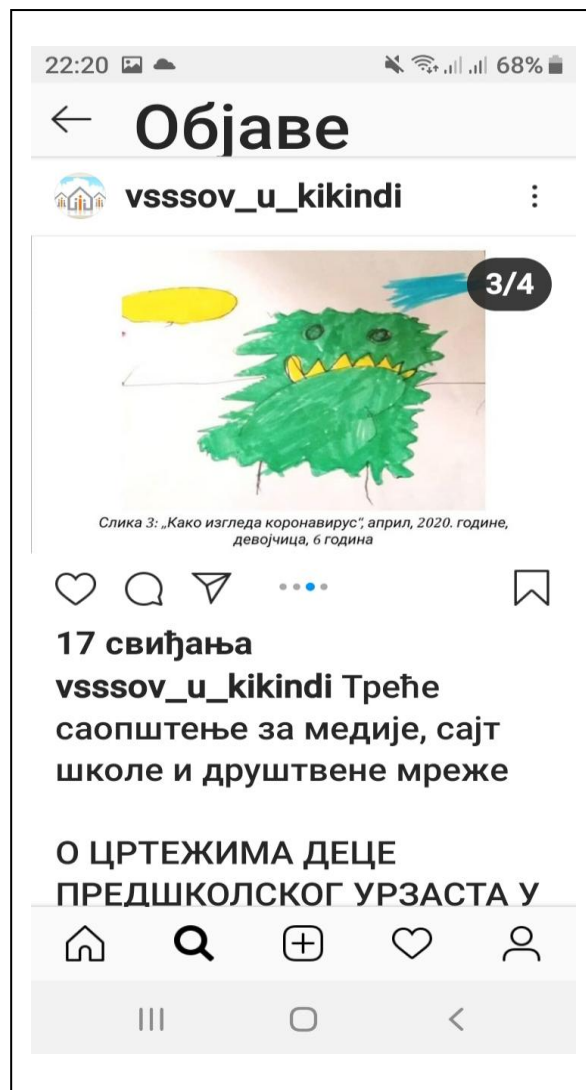
Директорица Школе:
др Ангела Месарош Живков

Ауторка пројекта:
др Јелена Мићевић Карановић

Цртеже прикупила и обрадила:
Ана Вукобрат, мастер

Saopštenje za medije, sajt i društvene mreže je objavljeno na:

- Na sajtu VŠSSOV u Kikindi: <http://www.vaspitacka.edu.rs/>
http://www.vaspitacka.edu.rs/students/view_ob/6753
- Na društvenim mrežama VŠSSOV u Kikindi: <https://www.instagram.com/p/B-2NdPrBil8/?igshid=1n7v0wy6lre46>





Висока школа струковних
студија за образовање
васпитача у Кикинди

Дана: 27. 04. 2020.

Четврто саопштење за медије, сајт школе и друштвене мреже

НАКОН ОБРАДЕ СВИХ ПОДАТАКА ИСТРАЖИВАЊА НА УЗОРКУ ОД 179 СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ

У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА

*„ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА
ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ
ПАНДЕМИЈОМ COVID-19“*

ДАЈЕМО ПРИКАЗ РЕЗИМЕА РЕЗУЛТАТА:

- највећи број испитаника сматра да су добро и правовремено информисани о коронавирусу, већина их се информише путем телевизије, највећи број студената се о коронавирусу дневно информише просечно до једног сата и већина испитаника има само делимично поверење у медије;
- емоције непријатности доминирају над емоцијама пријатности, уз умерено изражено осећање емпатије и оптимизма и слаб интензитет емоција везаних за осећај несреће и напетости, као и умерен степен осећаја узнемирености, страха, нервозе, туге, забринутости и немоћи;
- већина испитаника слободно време најчешће проводи тако што се придружује укућанима у реализацији кућних обавеза и пасивно проводе време у току пандемије и изолације;
- најчешће стратегије за превладавање стреса су: проактивна стратегија, стратегија рефлексивног превладавања и стратешко планирање у превладавању стреса;
- већина испитаника сматра да су социјални односи и емоционалне интеракције у породици за време ванредног стања непромењени;
- код највећег броја испитаника у локалним заједницама постоје центри за подршку у ванредним ситуацијама и помоћ људима који су у изолацији и највећи број испитаника сматра да их је сасвим довољно;
- већина испитаника сматра да су њихови социјални односи са другим студентима и студенткињама током ванредног стања непромењени;
- већина испитаника дубоко саосећа са зараженима или оболелима од коронавируса, а када је реч о односу испитаника према породици у којој има заражених и/или оболелих од коронавируса, већина испитаника сматра да се то свакоме може догодити, односно не испољавају дискриминацију ни стигматизацију заражених, оболелих нити њихових породица;

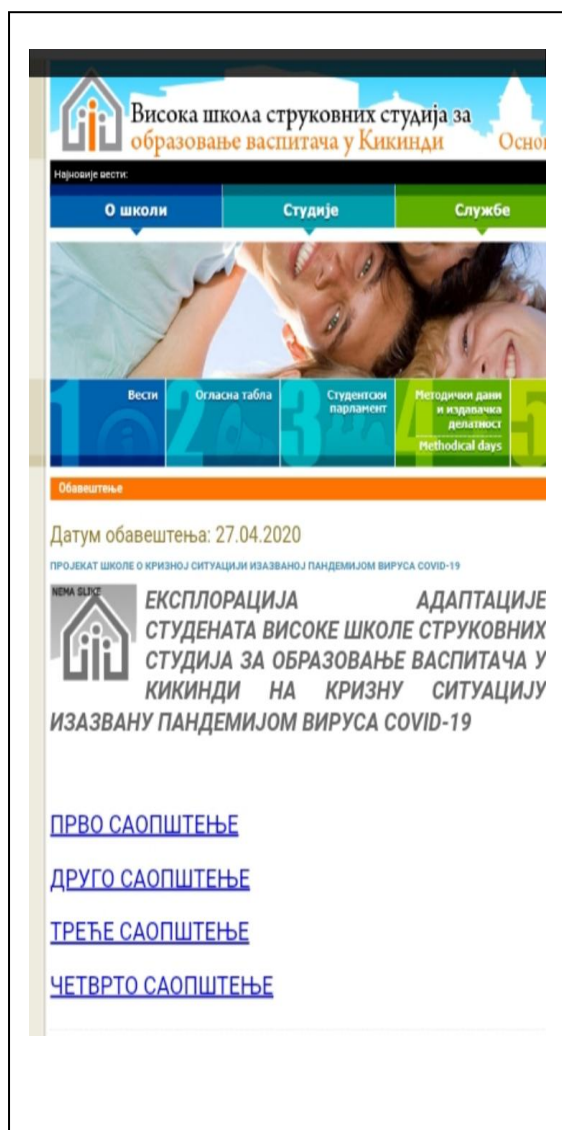
- највећем броју испитаника недостаје дружење с блиским људима – родбином, пријатељима, колегама и колегиницама са факултета и дечком/девојком и већина испитаника је навела да ће се прво видети и дружити са драгим и блиским особама када се укине ванредно стање и прође пандемија;
- највећем броју испитаника пандемија и ванредно стање нису променили ставове;
- већина испитаника је као најлепшу и најафирмативнију мотивациону поруку коју су добили преко медија, а тиче се препорука за очување психофизичког здравља и заштите себе и других, навело поруку „Остани код куће”;
- када је реч о најлошијим порукама које су добили преко медија и за које сматрају да су дезинформација или да стварају панику код грађана, већина испитаника је одговорила да су то лажне информације (преурањене) везане за 24-часовну забрану кретања, нестанак намирница и сл., као и поруке везане за то да се приближавамо италијанском и шпанском сценарију... Поједини су навели да су то теорије завере, изјаве појединих лекара о баналности вируса, као и да је „Кикинда – српски Вухан” и друге поруке;
- када је реч о личним афирмативним и мотивационим порукама које би поделили са другима, већина испитаника је навела поруке оптимизма, да ће све ово проћи и поруке везане за здравље, те да се треба чувати и придржавати прописаних мера;
- када је реч о приоритетима у условима живота током ванредног стања, највећем броју испитаника приоритети су породица и здравље, потом учење и рад на себи, испуњено време, хигијена и безбедност;
- самопроцена адаптације на ванредно стање упућује на закључак да су се испитаници добро адаптирали на постојећу кризну ситуацију, јер је просечан резултат 7,60, на скали од 1 до 10;
- већина испитаника апсолутно сматра да су поруке у вези пандемије и ванредног стања које Школа поставља на друштвене мреже у време ванредног стања довољно охрабрујуће;
- већини испитаника много помажу комуникација са породицом, затим комуникација са пријатељима и хумор у виду порука које круже друштвеним мрежама, док им највише одмаже немогућност личних контаката са породицом и пријатељима;
- када је реч о евалуацији онлајн наставе у ВШССОВ, највећи број испитаника апсолутно сматра да су информације на сајту Школе везане за онлајн наставу корисне, да су наставници и сарадници доступни путем имејла; да делимично успевају да путем онлајн наставе стекну предиспитне поене и да реализују вежбе, семинарске радове и друге задатке предвиђене планом и програмом, а већина студената сматра да делимично успева да савлада градиво предвиђено наставним планом и програмом путем онлајн наставе;
- када је реч о забринутости везаној за немогућност реализовања праксе у предшколским установама, дистрибуција одговора показује да већина испитаника сматра да ће то успети да надокнаде;
- када је реч о конкретним препорукама за побољшање рада Школе у ванредној ситуацији и када је онлајн настава у питању, закључујемо да је највећи број испитаника задовољан радом Школе.

Директорица Школе:
др Ангела Месарош Живков

Ауторка пројекта:
др Јелена Мићевић Карановић

Saopštenje za medije, sajt i društvene mreže je objavljeno na:

- Na sajtu VŠSSOV u Kikindi: <http://www.vaspitacka.edu.rs/>
http://www.vaspitacka.edu.rs/students/view_ob/6753
- Na društvenim mrežama VŠSSOV u Kikindi: <https://www.instagram.com/p/B-2NdPrBil8/?igshid=1n7v0wy6lre46>
- Na sajtu Gradski online: <https://gradski.online/buducim-vaspitacima-najvise-se-svidela-poruka-ostani-kod-kuce-a-najmanje-da-je-kikinda-srpski-vuhan/>
- TV Rubin (28. 04. 2020.)
- RTV Vojvodina (28. 04. 2020.)- prilog u jutarnjem programu <https://youtu.be/udb5V5XnHBs> [12:28] Izvor: RTV (Lidija Vučković)



Висока школа струковних студија за образовање васпитача у Кикинди

Најновије весте:

О школи Студије Службе

Вести Огласна табла Студентски парламент Методички дани и издвалачка делатност Methodical days

Обавештење

Датум обавештења: 27.04.2020

ПРОЈЕКАТ ШКОЛЕ О КРИЗНОЈ СИТУАЦИЈИ ИЗАЗВАНОЈ ПАНДЕМИЈОМ ВИРУСА COVID-19

НЕМА БЛИЗКЕ ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ

СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ

СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У

КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ

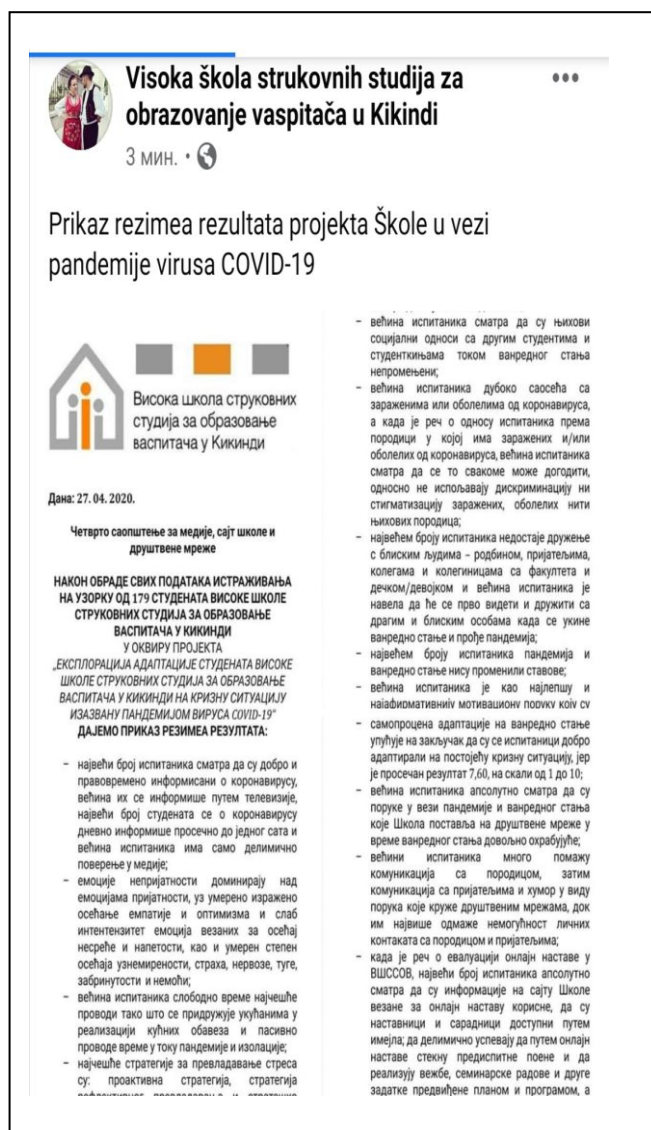
ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ ВИРУСА COVID-19

[ПРВО САОПШТЕЊЕ](#)

[ДРУГО САОПШТЕЊЕ](#)

[ТРЕЋЕ САОПШТЕЊЕ](#)

[ЧЕТВРТО САОПШТЕЊЕ](#)



Висока школа струковних студија за образовање васпитача у Кикинди

3 мин. •

Приказ резимеа резултата пројекта Школе у вези пандемије вируса COVID-19

Висока школа струковних студија за образовање васпитача у Кикинди

Дана: 27. 04. 2020.

Четврто саопштење за медије, сајт школе и друштвене мреже

НАКОН ОБРАДЕ СВИХ ПОДАТАКА ИСТРАЖИВАЊА НА УЗОРКУ ОД 179 СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА „ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ ВИРУСА COVID-19“ ДАЈЕМО ПРИКАЗ РЕЗИМЕА РЕЗУЛТАТА:

- највећи број испитаника сматра да су добро и правовремено информисани о коронавирусу, већина их се информисе путем телевизије, највећи број студената се о коронавирусу дневно информисе просечно до једног сата и већина испитаника има само делимично поверење у медије;
- емоције непријатности доминирају над емоцијама пријатности, уз умерено изражено осећање емпатије и оптимизма и слаб интензитет емоција везаних за осећај несреће и напетости, као и умерен степен осећаја узнемирености, страха, нервозе, туге, забринутости и немощи;
- већина испитаника слободно време најчешће проводи тако што се придружује укућанима у реализацији кућних обавеза и пасивно проводе време у току пандемије и изолације;
- најчешће стратегије за превладавање стреса су: проактивна стратегија, стратегија

- већина испитаника сматра да су њихови социјални односи са другим студентима и студенткињама током ванредног стања непромењени;
- већина испитаника дубоко саосећа са зараженима или оболелима од коронавируса, а када је реч о односу испитаника према породици у којој има заражених и/или оболелих од коронавируса, већина испитаника сматра да се то свакоме може догодити, односно не испољавају дискриминацију ни стигматизацију заражених, оболелих нити њихових породица;
- највећем броју испитаника недостаје дружење с блиским људима – родбином, пријатељима, колегама и колегиницама са факултета и децом/девојком и већина испитаника је навела да ће се прво видети и дружити са драгим и блиским особама када се укине ванредно стање и прође пандемија;
- највећем броју испитаника пандемија и ванредно стање нису променили ставове;
- већина испитаника је као најлепшу и најважнију мотивациону поопку коју су
- самопроцена адаптације на ванредно стање упућује на закључак да су се испитаници добро адаптирали на постојећу кризну ситуацију, јер је просечан резултат 7,60, на скали од 1 до 10;
- већина испитаника апсолутно сматра да су поруке у вези пандемије и ванредног стања које Школа поставља на друштвене мреже у време ванредног стања довољно охрабрујуће;
- већини испитаника много помажу комуникација са породицом, затим комуникација са пријатељима и хумор у виду порука које круже друштвеним мрежама, док им највише одмаже немогућност личних контаката са породицом и пријатељима;
- када је реч о евалуацији онлајн наставе у ВШССОВ, највећи број испитаника апсолутно сматра да су информације на сајту Школе везане за онлајн наставу корисне, да су наставници и сарадници доступни путем имејла, да делимично успевају да путем онлајн наставе стекну предиспозитивне поене и да реализују вежбе, семинарске радове и друге задатке предвиђене планом и програмом, а


Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi





Управо сада • 

Članak iz medija o rezultatima istraživanja projekta Škole u vezi sa pandemijom virusa COVID-19



gradski.online

Budućim vaspitačima: Najviše se svidela poruka #Ostani kod kuće, a najmanje da je Kikinda- srpski ...

21:29     42%

KIKINDA- Nakon obrade svih podataka istraživanja na uzorku od 179 studenata VŠSOV, u okviru projekta "Eksploracija adaptacije studenata Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi na kriznu situaciju izazvanu pandemijom virusa COVID-19", može se konstatovati da je da najveći broj ispitanika dobro i pravovremeno informisani o koronavirusu.

#OSTANI KOD KUĆE

Kao najlepšu i najafirmativniju motivacionu poruku koju su dobili preko medija, a tiče se preporuka za očuvanje psihofizičkog zdravlja i

15:40  14°    1%



Istraživanje studenata visoke škole o trenutnoj ...

26 приказа

 0  0  Дели  Пре...ми  Сач

 **TV Kikinda**
2,96 хиљ. пратилаца **ПРАТИ**

16:02  14°    1%



Kikinda: Anketa među studentima

34 приказа

 0  1  Дели  Пре...ми  Сач

 **Radio-televizija...**
57,4 хиљ. пратилаца **ПРАТИ**



Висока школа струковних
студија за образовање
васпитача у Кикинди

Дана: 29. 4. 2020.

Пето саопштење за медије, сајт школе и друштвене мреже

РЕЗИМЕ ЗАКЉУЧАКА НАКОН ОБРАДЕ И ИНТЕРПРЕТАЦИЈЕ СВИХ РЕЗУЛТАТА ИСТРАЖИВАЊА

У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА:

*„ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА
ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ
ПАНДЕМИЈОМ COVID-19“*

Након приказа свих добијених резултата и интерпретације налаза, закључујемо да је **остварен основни циљ истраживања** и да је испитивање дало одговор на основно истраживачко питање, а то је да **кризна ситуација није изазвала кризна стања код студената основних и мастер струковних студија у ВШССОВ у Кикинди.**

Истраживши област у којој не постоји довољно теоријских и емпиријских налаза, **дали смо одговоре на истраживачка питања, објаснили налазе и то у актуелном тренутку, у току пандемије и ванредног стања у Србији.**

Остварени су и циљеви пројекта који се односе на **освешћивање појединих аспеката психичког стања студената у новонасталој и изненадној кризној ситуацији**, као и **ставова који могу да допринесу ублажавању најболнијих и најтежих доживљаја у кризи.** Дате су **препоруке у вези правовременог и адекватног информисања које могу да спрече по душевно здравље ризичне облике разрешења кризе** у ситуацијама када се криза може претпоставити, тј. као вид **припреме студената за потенцијални кризогени животни догађај.**

Планирани и очекивани резултати пројекта су остварени, односно добили смо квантитативно- квалитативан приказ дистрибуције одговора испитаника **у складу са истраживачким варијаблама** (социо-демографске, психодиспозиционе, социо-психолошке варијабле); **увид у ставове испитаника према зараженима и/или оболелима од Covid-19 и њиховим породицама**, увид у **степен zasiћености ставова испитаника емпатијом и/или стигматизацијом**; приказ **самопроцене адаптације на кризну ситуацију и механизма сопствених протективних фактора у суочавању са кризном ситуацијом**; увид у **евалуацију онлајн наставе у ВШССОВ у Кикинди** и дали приказ **препорука студената у вези питања како се адаптирати на пандемију и проглашено ванредно стање у Србији.**

Објављивање резултата овог пројекта има за циљ да информише јавност јер је правовремено и адекватно **информисање о ризичним облицима разрешења стварне и/или потенцијалне кризе** заправо **вид примарне превенције која омогућава да се реагује на адаптационо примерен и користан начин.**

*Добијени резултати биће имплементирани у виду нових наставних садржаја који ће се односити на превенцију и заштиту здравља, уз **обогаћивање садржаја који већ постоје** и односе се на адаптацију на кризну ситуацију, пре свега у области медицинских, психолошких и педагошких наука.*

***Препоруке аутора** требало би да допринесу да се студенти, васпитачи, родитељи, али и предшколска деца што боље адаптирају на кризну ситуацију изазвану пандемијом Covid-19, али и када су други, слични кризогени животни догађаји у питању.*

Захваљујемо медијима који су од првог дана коректно извештавали јавност о пројекту којем је један од циљева било управо то, да информише јавност, те овом приликом парафразирамо препоруке које се односе на медије, а које је Светска здравствена организација припремила као подсетник, да би подстакла колективну солидарност и како би се шириле тачне информације:

Исправите лажне митове и стереотипе.

Промовишите значај превенције, ране дијагнозе и лечења.

Делите приче које стварају емпатију или приче које хуманизују тешкоће људи погођених болешћу.

Охрабрите све чији је рад усмерен на одговор на епидемију (здравствени радници, волонтери...).

Пажљиво бирајте речи.

Директорица Школе:
др Ангела Месарош Живков

Ауторка пројекта:
др Јелена Мићевић Карановић

Саопштење за медије, сајт и друштвене мреже је објављено на:

- На сајту VŠSSOV у Kikindi: <http://www.vaspitacka.edu.rs/>
http://www.vaspitacka.edu.rs/students/view_ob/6753
- На друштвеним мрежама VŠSSOV у Kikindi: <https://www.instagram.com/p/B-2NdPrBil8/?igshid=1n7v0wy6lre46>

20:29

☆ ⓘ www.vaspitacka.e

Висока школа струковних студија за образовање васпитача у Kикинди

Напомена вести:

О школи Студије Службе

Вести Огласна табла Студентски парламент Методички дани и истраживачка делатност Pedagogical Days

Обавештења

Датум обавештења: 29.04.2020

ПРОЈЕКАТ ШКОЛЕ О КРИЗНОЈ СИТУАЦИЈИ ИЗАЗВАНЈ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19

МЕНА ВЕСТИ

ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У KИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19

ПРВО САОПШТЕЊЕ

ДРУГО САОПШТЕЊЕ

ТРЕЋЕ САОПШТЕЊЕ

ЧЕТВРТО САОПШТЕЊЕ

ПЕТО САОПШТЕЊЕ

Савсковаца 57 23300 Kикинди Студентска служба тел: 0239/422-423 Секретар Директор 1 powered by [DSMB](#)

Visoka škola струковних студија за образовање васпитача у Kикинди

2 мин. • 🌐

Резиме закључака након обраде и интерпретације свих резултата истраживања у оквиру пројекта "Експлорација адаптације студената Високе школе струковних студија за образовање васпитача у Kикинди на кризну ситуацију изазвану пандемијом COVID-19"

Планирани и очекивани резултати пројекта су остварени односно добијени смо квантитативно-квалитативан приказ дистрибуције одговора испитаника у складу са истраживачким варијаблама (социо-демографске, психосоцијалне, социо-психолошке варијабле), увид у ставове испитаника према зараженима и/или оболелима од COVID-19 и намерама породицема, увид у степени стигматизације, приказ самопроцене адаптације на кризну ситуацију и механизам сопствене пројективних фактора у суочавању са кризном ситуацијом; увид у евалуацију омиљне наставе у VŠSSOV у Kикинди и даљи приказ препорука студената у вези са адаптацијом на пандемију и проглашено ванредно стање у Србији. Објављени резултати овог пројекта имају за циљ да информише јавност јер је правично имају и адекватно информисати о различитим облицима различите стварне и/или потенцијалне кризе изазвано вид примарне превенције која омогућава да се реагује на адаптационо-превентивне и користан начин. Добијени резултати биће имплементирани у виду нових наставних садржаја који ће се односити на:

РЕЗИМЕ ЗАКЉУЧАКА НАКОН ОБРАДЕ И ИНТЕРПРЕТАЦИЈЕ СВИХ РЕЗУЛТАТА ИСТРАЖИВАЊА

У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА: "ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У KИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19"

Након приказа свих добијених резултата и интерпретације налаза, закључујемо да је остварен основни циљ истраживања и да је испитиване дало одговор на основно истраживачко питање, а то је да кризна ситуација није изазвала кризна стања код студената основних и мастер струковних студија у VŠSSOV у Kикинди. Истраживачка област у којој не постоји довољно теоријских и емпиријских налаза, дали смо одговор на истраживачка питања, објаснили налазе и то у аутоматском тренутку, у току пандемије и ванредно стања у Србији. Остварени су и циљеви пројекта који се односе на осмишљавање појединачних аспеката исцрпачког стања

Закључујемо медијима који су од првог дана директно извештавали јавност о пројекту којим је један од циљева било управо то, да информише јавност, те овом приликом парафразирамо препоруке које се односе на медије, а које је Светска здравствена организација препоручила као подсетник, да би подстакла колективну солидарност и како би се шириле тачне информације:

20:38

← Објаве

vssov_u_kikindi

Visoka škola струковних студија за образовање васпитача у Kикинди

2 мин. • 🌐

Резиме закључака након обраде и интерпретације свих резултата истраживања у оквиру пројекта "Експлорација адаптације студената Високе школе струковних студија за образовање васпитача у Kикинди на кризну ситуацију изазвану пандемијом COVID-19"

Планирани и очекивани резултати пројекта су остварени односно добијени смо квантитативно-квалитативан приказ дистрибуције одговора испитаника у складу са истраживачким варијаблама (социо-демографске, психосоцијалне, социо-психолошке варијабле), увид у ставове испитаника према зараженима и/или оболелима од COVID-19 и намерама породицема, увид у степени стигматизације, приказ самопроцене адаптације на кризну ситуацију и механизам сопствене пројективних фактора у суочавању са кризном ситуацијом; увид у евалуацију омиљне наставе у VŠSSOV у Kикинди и даљи приказ препорука студената у вези са адаптацијом на пандемију и проглашено ванредно стање у Србији. Објављени резултати овог пројекта имају за циљ да информише јавност јер је правично имају и адекватно информисати о различитим облицима различите стварне и/или потенцијалне кризе изазвано вид примарне превенције која омогућава да се реагује на адаптационо-превентивне и користан начин. Добијени резултати биће имплементирани у виду нових наставних садржаја који ће се односити на:

РЕЗИМЕ ЗАКЉУЧАКА НАКОН ОБРАДЕ И ИНТЕРПРЕТАЦИЈЕ СВИХ РЕЗУЛТАТА ИСТРАЖИВАЊА

У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА: "ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У KИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19"

Након приказа свих добијених резултата и интерпретације налаза, закључујемо да је остварен основни циљ истраживања и да је испитиване дало одговор на основно истраживачко питање, а то је да кризна ситуација није изазвала кризна стања код студената основних и мастер струковних студија у VŠSSOV у Kикинди. Истраживачка област у којој не постоји довољно теоријских и емпиријских налаза, дали смо одговор на истраживачка питања, објаснили налазе и то у аутоматском тренутку, у току пандемије и ванредно стања у Србији. Остварени су и циљеви пројекта који се односе на осмишљавање појединачних аспеката исцрпачког стања

Закључујемо медијима који су од првог дана директно извештавали јавност о пројекту којим је један од циљева било управо то, да информише јавност, те овом приликом парафразирамо препоруке које се односе на медије, а које је Светска здравствена организација препоручила као подсетник, да би подстакла колективну солидарност и како би се шириле тачне информације:



Висока школа струковних
студија за образовање
васпитача у Кикинди

Дана: 01. 05. 2020.

Шесто саопштење за медије, сајт школе и друштвене мреже

**НАКОН ПРИКУПЉАЊА ЦРТЕЖА ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА КОЈЕ ЈЕ
ТРАЈАЛО
ОД 15. ДО 30. АПРИЛА 2020. ГОДИНЕ**

У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА

*„ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА
ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-
19“*

Укупно смо примили 349 цртежа.

**Од тог броја, за електронску онлајн верзију монографије одабрали смо 249 цртежа, а за
штампану верзију ће бити одабрано двадесетак цртежа.**

**Полну структуру деце, аутора одабраних 249 цртежа чини 137 девојчица и 104 дечака, а код
8 деце није наведен пол.**

**Према узрасту, највише одабраних цртежа нацртала су деца од 6 до 7 година (150 цртежа),
потом од 3 до 5 година (92 цртежа), а код 7 деце није наведен узраст.**

**Када је реч о теми одабраних цртежа, на тему пандемије је цртало 220 деце, а на слободну
тему 29 деце.**

Анализа садржаја на тему пандемије (укупно 220 цртежа):

Ко и/или шта ми највише недостаје: 62

Моја породица у време пандемије: 37

Маска какву имам или бих желео/желела да имам: 32

Како замишљам да коронавирус изгледа: 28

Остало: 61

Анализа садржаја на тему „Ко и/или шта ми највише недостаје“ (укупно 62 цртежа) ⁵³:

Другари из вртића и игралиште: 31

Тата: 3

Бака: 2

Дека: 1

Бака, тетка и брат: 1

Остало (није могуће проценити на основу цртежа кога (шта) је дете нацртало): 24

⁵³ **НАПОМЕНА:** Дечји цртежи се користе у дијагностичке и терапеутске сврхе, али их овом приликом нисмо психолошки интерпретирали, јер то није био првобитни циљ истраживања, али и због одсуства контроле самих услова цртања, одсуства анамнестичких података и сложености саме психолошке интерпретације када је цртеж инструмент у оквиру пројективних техника и помоћно дијагностичко средство. Урађена је само анализа садржаја цртежа када је у питању одабир теме.

О ПРОЦЕДУРИ ПРИКУПЉАЊА ЦРТЕЖА И УПУТСТВУ

Као што је већ напоменуто у претходним саопштењима, деца предшколског узраста нису предмет нашег истраживања, али ипак монографију коју ћемо објавити прво у електронској, а потом и у штампаној верзији, посвећујемо управо њима, јер су наши студенти будући струковни васпитачи и будући струковни мастер васпитачи.

Након тражених и добијених сагласности од директора и/или власника предшколских установа, родитељима смо доставили упутство у вези дечјих цртежа и они су одлучили да ли желе да нам уступе цртеже своје деце у складу са датим упутством. Кратак приказ инструкција за родитеље:

- (...) молимо Вас да нам, уколико сте у могућности, **проследите цртеже предшколске деце** који су настали у току пандемије и проглашеног ванредног стања;
- Битно нам је да то буду **аутентични дечји цртежи** који су **настали баш у току пандемије, изолације, уведеног полицијског часа**;
- Тема је или **слободна** или можете детету предложити да нацрта нешто у вези са актуелном ситуацијом – **пандемијом**;
- Пустите дете да **слободно изрази своје емоције**;
- Дечје цртеже **нећемо индивидуално интерпретирати, нити вршити психолошку анализу**.
- **Слањем цртежа сматраћемо да сте сагласни да они буду и објављени**, а аутори књиге ће одлучити које ће цртеже уврстити у монографију, имајући у виду могућности обима планиране књиге;
- Важно је само да напишете да ли је цртеж урадио **дечак или девојчица, колико дете има година** (од 3 до 7) и коју је **тему дете одабрало** (слободну или тему пандемије).

За посебно важан део упутства сматрамо део који се односи на **ПОДСТИЦАЊЕ РОДИТЕЉА ДА СА ДЕЦОМ РАЗГОВАРАЈУ НА ТЕМУ ПАНДЕМИЈЕ КОРОНАВИРУСА, ПРЕ САМОГ ЦРТАЊА**, чак иако су то већ и учинили, имајући у виду чињеницу колико је важно да се детету објасни оправданост уведених мера, забране кретања, опрезности у контактима, опасност самог вируса – на дечјем нивоу. Поред тога, нама као истраживачима дечји цртеж веома је важан, имајући у виду да је поред игре, цртање основни облик изражавања дечје личности, те да је ликовна продукција детета предшколског узраста уско повезана са психичким стањем детета, а у исто време, цртањем се дете ослобађа тензије, страха и лишава других емоција непријатности.

Важан део упутства:

„(...) иако претпостављамо да сте као родитељи то већ урадили, ипак, још мало томе посветите пажњу (...) и на његовом/њеном нивоу објасните детету најосновније чињенице о коронавирусу, о ванредном стању, препорукама здравствених радника, због чега мора да буде у изолацији за време полицијског часа, због чега не иде у вртић, не дружи се са вршњацима и слично, односно све што дете може да разуме на узрасту на којем је. Уколико мислите да је значајно, можете записати и шта је дете говорило док је цртало. Питајте га ко или шта му сада највише недостаје, чега се зажелео/зажелела, и слично.“



Слика 1: „Како изгледа коронавирус?“, април 2020. године, дечак, 6 година



Слика 2: „Ко ми недостаје због коронавируса“, април 2020. године, девојчица, 6 година

Директорица Школе:
др Ангела Месарош Живков

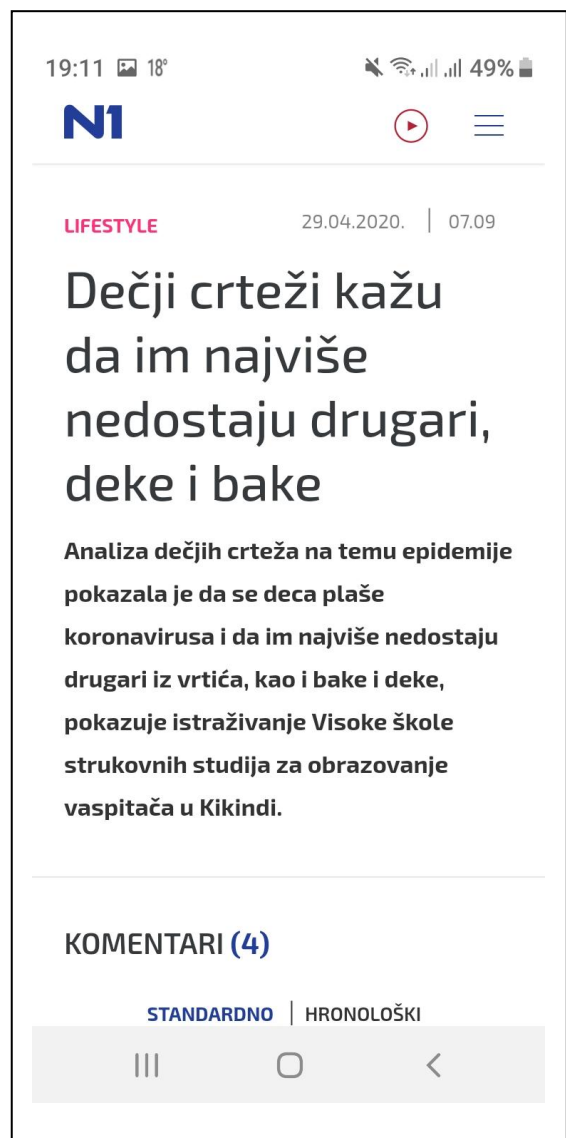
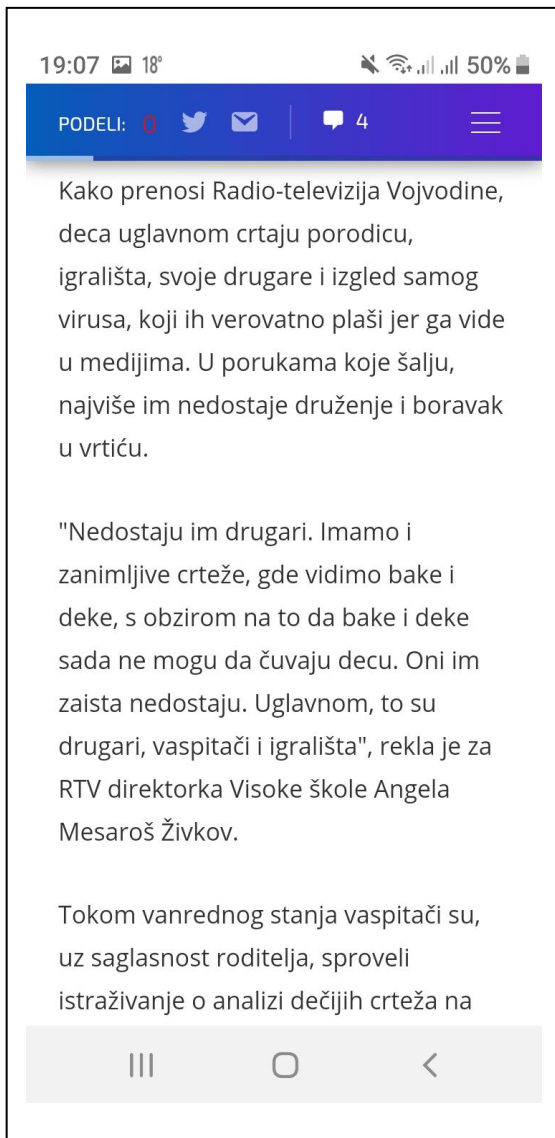
Ауторка пројекта:
др Јелена Мићевић Карановић

Цртеже прикупила и обрадила:
Ана Вукобрат, мастер

Saopštenje za medije, sajt i društvene mreže je objavljeno na:

- <https://gradski.online/decji-crtezi-dirnuli-profesore-i-roditelje-korone-se-plase-nedostaju-im-bake-deke-i-drugari/>
- Na sajtu VŠSSOV u Kikindi: <http://www.vaspitacka.edu.rs/>
http://www.vaspitacka.edu.rs/students/view_ob/6753
- Na društvenim mrežama VŠSSOV u Kikindi: <https://www.instagram.com/p/B-2NdPrBil8/?igshid=1n7v0wy6lre46>
- www.naslovi.net
- <https://naslovi.net/cir/2020-04-29/n1-info/decji-crtezi-kazu-da-im-najvise-nedostaju-drugari-deke-i-bake/25343788>







Висока школа струковних
студија за образовање
васпитача у Кикинди

Дана: 3. 5. 2020.

Седмо саопштење за медије, сајт школе и друштвене мреже

ИЗЛОЖБА ОДАБРАНИХ РАДОВА ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА НАСТАЛИХ ОД 15. ДО 30. АПРИЛА 2020.

У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА:

*„ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА
ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ
COVID-19“*

Укупно смо примили 349 цртежа.

Од тог броја, за електронску онлајн верзију монографије одабрали смо 249 цртежа, а за штампану верзију ће бити одабрано 20 цртежа.

Полну структуру деце, аутора одабраних 249 цртежа, чини 137 девојчица и 104 дечака, а код 8 деце није наведен пол.

Према узрасту, највише одабраних цртежа нацртала су деца узраста од 6 до 7 година (150 цртежа), потом од 3 до 5 година (92 цртежа), а код 7 деце није наведен узраст.

Када је реч о теми одабраних цртежа, на тему пандемије је цртало 220 деце, а на слободну тему 29 деце.

Анализа садржаја на тему пандемије (укупно 220 цртежа): „Ко и/или шта ми највише недостаје“ – 62 цртежа; „Моја породица у време пандемије“ – 37 цртежа; „Маска какву имам или бих желео/желела да имам“ – 32 цртежа; „Како замишљам да коронавирус изгледа“ – 28 цртежа и остало – 61 цртеж.

Анализа садржаја на тему „Ко и/или шта ми највише недостаје“ (укупно 62 цртежа): „Другари из вртића и игралиште“ – 31 цртеж; „Родитељ, бака, дека, тетка и брат“ – 7 цртежа и код 24 цртежа није било могуће проценити кога/шта је дете нацртало.

ЦРТЕЖЕ ПРИКУПИЛА И ОБРАДИЛА:

Ана Вукобрат, мастер

**ПРЕЗЕНТАЦИЈА ОДАБРАНИХ РАДОВА ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА
НАСТАЛИХ ОД 15. ДО 30. АПРИЛА 2020.**

НАЛАЗИ СЕ НА САЈТУ ШКОЛЕ: <https://tinyurl.com/ydbvww73>

ПРЕЗЕНТАЦИЈУ ПРИПРЕМИЛИ:

др Јелена Мићевић Карановић
др Владимир Варађанин
Ана Вукобрат, мастер
Тања Бркљач, мастер

Директорица Школе:
др Ангела Месарош Живков

Ауторка пројекта:
др Јелена Мићевић Карановић

Saopštenje za medije, sajt i društvene mreže je objavljeno na:

- Na sajtu VŠSSOV u Kikindi: <http://www.vaspitacka.edu.rs/>
http://www.vaspitacka.edu.rs/students/view_ob/6753
- Na društvenim mrežama VŠSSOV u Kikindi: <https://www.instagram.com/p/B-2NdPrBil8/?igshid=1n7v0wy6lre46>

08:55

13%

w.vaspitacka.edu.rs

Висока школа струковних студија за образовање васпитача у Кикинди Основана 1954. године

О школи Студије Службе Упис

Вести Оглава табла Студентски партизанско Монографски дани и изложбена делатност Methodical days О граду Фото галерија

Обавештења

Датум обавештења: 03.05.2020

ПРОЈЕКАТ ШКОЛЕ О КРИЗНОЈ СИТУАЦИЈИ ИЗАЗВАНЈУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19

ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ
СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ
СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У
КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ
ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19

ПРВО САОПШТЕЊЕ
ДРУГО САОПШТЕЊЕ
ТРЕЋЕ САОПШТЕЊЕ
ЧЕТВРТО САОПШТЕЊЕ
ПЕТО САОПШТЕЊЕ
ШЕСТО САОПШТЕЊЕ
СЕДМО САОПШТЕЊЕ

Светосавска 37 23300 Кикинд Студентска студија тел: 0201/422-423 Секретар Директор тел: 0201/430250
www.vspitacka.edu.rs

08:54

13%

003-Излож...



VISOKA ŠKOLA STRUKOVNIH STUDIJA ZA OBRAZOVANJE VASPIITAČA U KIKINDI

IZLOŽBA ODABRANIH RADOVA DECE PREDŠKOLSKEGA UZRASTA
NASTALIH OD 15. DO 30. APRILA 2020.

U OKVIRU PROJEKTA
EKSPLOKACIJA ADAPTACIJE STUDENATA VŠSOV NA KRIZNU SITUACIJU
IZAZVANU PANDEMIJOM COVID-19

dr Jelena MIČEVIĆ KARANOVIĆ
dr Anđela MESAROS ŽIVKOV
dr Milica MALIŠKOVIĆ
dr Bosa ŠAPIĆ
dr Dragana MALIŠKOVIĆ
dr Vladimir VARADANIN
mer Srdislava PAVLOV
Ana VUKOBRAĆ, master
Tanja BRKLIJAĆ, master

ZAHVALNICA I POSVETA

(uvod iz knjige)

Realizacija istraživanja i objavljivanje ove monografije ne bi bili mogući da nije bilo spremnosti direktorice dr Angele Mesaros Živkov i Nastavno-stručnog veća Visoke škole strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi da podrže i obezbede uslove za realizaciju projekta.

Zahvaljujemo medijima koji su redovno izveštavali javnost o toku istraživanja i rezultatima dobijenim u okviru projekta.

Posebnu zahvalnost dugujemo našim studentima/studenticama osnovnih i master strukovnih studija koji su pristupili onlajn istraživanju i svojim odgovorima, sugestijama i predlozima dali neizmernu doprinos realizaciji projekta i kompletiranju ove knjige.

Zahvaljujemo direktorima, vlasnicima, rukovodiocima, stručnim saradnicima i vaspitačima predškolskih ustanova koji su nam omogućili da stupimo u kontakt sa roditeljima i starateljima dece predškolskog uzrasta, kao i svim našim prijateljima i rođacima koji su nam ustupili crteže svoje predškolske dece.

Izuzetnu zahvalnost dugujemo deci predškolskog uzrasta čiji su crteži ukleptali i obogatili monografiju koja je nastala upravo u vreme proglašenog vanrednog stanja usled pandemije izazvane koronavirusom, a tada aprila 2020. godine.

Monografiju posvećujemo svojoj deci predškolskog uzrasta koja se nalaze, kada je skorija istorija čovečanstva u pitanju, u neizopćenom i nezabeleženom kriznoj situaciji izazvanoj pandemijom virusa koronavirusa.

Posvećujemo je svim hrabrim predškolicima koji se suočavaju sa brojnim preprekama koje osujećuju njihove uobičajene navike i svakodnevnu igru, onima čije pametne reči ostavljaju bez teksta najveće umove, a crteži bez daha najveće umetnike!

Hvala deci kojoj se divimo!

U ime istraživačkog tima, autora projekta,
dr Jelena Mičević Karanović, prof.

Crteži koji slede nalaze se u onlajn izdanju knjige:

III EKSPLOKACIJA ADAPTACIJE STUDENATA VŠSOV NA KRIZNU SITUACIJU
ŠKOLE STRUKOVNIH STUDIJA ZA OBRAZOVANJE

Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi

2 mins

Prezentacija odabranih radova dece predškolskog uzrasta nastalih u toku pandemije od 15. do 30. aprila 2020. nalazi se na sajtu škole:
<https://tinyurl.com/ydbvww73>

ИЗЛОЖБА ОДАБРАНИХ РАДОВА ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА НАСТАЛИХ ОД 15. ДО 30. АПРИЛА 2020.

У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА: „ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19“

Укупно смо примили 349 цртежа.

Од тог броја, за електронску онлајн верзију монографије одабрали смо 249 цртежа, а за штампану верзију ће бити одабрано 20 цртежа.

Полну структуру деце, аутора одабраних 249 цртежа, чини 137 девојчица и 104 дечака, а код 8 деце није наведен пол.

Према узрасту, највише одабраних цртежа нацртала су деца узраста од 6 до 7 година (150 цртежа), потом од 3 до 5 година (92 цртежа), а код 7 деце није наведен узраст.

ЦРТЕЖЕ ПРИКУПИЛА И ОБРАДИЛА:
Ана Вукобрат, мастер

ПРЕЗЕНТАЦИЈА ОДАБРАНИХ РАДОВА ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА НАСТАЛИХ ОД 15. ДО 30. АПРИЛА 2020.

НАЛАЗИ СЕ НА САЈТУ ШКОЛЕ:
<https://tinyurl.com/ydbvww73>

ПРЕЗЕНТАЦИЈУ ПРИПРЕМИЛИ:
др Јелена Мишевић Карановић
др Владимир Варађанин
Ана Вукобрат, мастер
Тања Бркиљач, мастер

Директорица Школи
др Ангела Месарош Живко

10:11 29%

Instagram

vsssov_u_kikindi

Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi

2 mins

Prezentacija odabranih radova dece predškolskog uzrasta nastalih u toku pandemije od 15. do 30. aprila 2020. nalazi se na sajtu škole:
<https://tinyurl.com/ydbvww73>

ИЗЛОЖБА ОДАБРАНИХ РАДОВА ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА НАСТАЛИХ ОД 15. ДО 30. АПРИЛА 2020.

У ОКВИРУ ПРОЈЕКТА: „ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ COVID-19“

Укупно смо примили 349 цртежа.

Од тог броја, за електронску онлајн верзију монографије одабрали смо 249 цртежа, а за штампану верзију ће бити одабрано 20 цртежа.

Полну структуру деце, аутора одабраних 249 цртежа, чини 137 девојчица и 104 дечака, а код 8 деце није наведен пол.

Према узрасту, највише одабраних цртежа нацртала су деца узраста од 6 до 7 година (150 цртежа), потом од 3 до 5 година (92 цртежа), а код 7 деце није наведен узраст.

ЦРТЕЖЕ ПРИКУПИЛА И ОБРАДИЛА:
Ана Вукобрат, мастер

ПРЕЗЕНТАЦИЈА ОДАБРАНИХ РАДОВА ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА НАСТАЛИХ ОД 15. ДО 30. АПРИЛА 2020.

НАЛАЗИ СЕ НА САЈТУ ШКОЛЕ:
<https://tinyurl.com/ydbvww73>

ПРЕЗЕНТАЦИЈУ ПРИПРЕМИЛИ:
др Јелена Мишевић Карановић
др Владимир Варађанин
Ана Вукобрат, мастер
Тања Бркиљач, мастер

Директорица Школи
др Ангела Месарош Живко



Висока школа струковних
студија за образовање
васпитача у Кикинди

Дана: 4. 5. 2020.

**Осмо саопштење за медије, сајт школе и друштвене мреже
НАКОН РЕАЛИЗАЦИЈЕ ПРОЈЕКТА:**

*„ЕКСПЛОРАЦИЈА АДАПТАЦИЈЕ СТУДЕНАТА ВИСОКЕ ШКОЛЕ СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ
ВАСПИТАЧА У КИКИНДИ НА КРИЗНУ СИТУАЦИЈУ ИЗАЗВАНУ ПАНДЕМИЈОМ
COVID-19“*

ВИДЕО ПРЕЗЕНТАЦИЈА

ОДАБРАНИХ РАДОВА
ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА

насталих од 15. до 30. априла 2020.

налази се на **сајту Школе:**

[ВШССОВ - Students](#)

Видео презентација се налази и на **YouTube:**

[Video prezentacija odabranih crteža dece predškolskog uzrasta-VШСС за образовање
васпитача у Кикинди](#)

ПРЕЗЕНТАЦИЈУ ПРИПРЕМИЛИ:

др Јелена Мићевић Карановић

др Владимир Варађанин

Ана Вукобрат, мастер

Тања Бркљач, мастер

ЗАХВАЛНИЦА И ПОСВЕТА

У име истраживачког тима, ауторка пројекта,
др Јелена Мићевић Карановић, проф.
(извод из монографије):

Реализација истраживања и објављивање ове монографије не би били могући да није било спремности директорице др Ангеле Месарош Живков и Наставно-стручног већа Високе школе струковних студија за образовање васпитача у Кикинди да подрже и дају сагласност за реализацију пројекта.

Захваљујемо медијима који су редовно извештавали јавност о току истраживања и резултатима добијеним у оквиру пројекта.

Посебну захвалност дугујемо нашим студентима/студенткињама основних и мастер струковних студија који су приступили онлајн истраживању и својим одговорима, сугестијама и предлозима дали неизмеран допринос реализацији пројекта и компетирању ове књиге.

Захваљујемо директорима, власницима, руководиоцима, стручним сарадницима и васпитачима предшколских установа који су нам омогућили да ступимо у контакт са родитељима и старатељима деце предшколског узраста, као и свим нашим пријатељима и рођацима који су нам уступили цртеже своје предшколске деце.

Изузетну захвалност дугујемо деци предшколског узраста чији су цртежи улепшали и обогатили монографију која је настала управо у време проглашеног ванредног стања услед пандемије изазване коронавирусом, у току априла 2020. године.

Монографију посвећујемо свој деци предшколског узраста која се налазе, када је скоројија историја човечанства у питању, у незапамћеној и незабележеној кризној ситуацији изазваној пандемијом вируса корона.

Посвећујемо је свим храбрим предшколцима који се суочавају са бројним препрекама које осујећују њихове уобичајене навике и свакодневну игру, онима чије паметне речи остављају без текста највеће умове, а цртежи без даха највеће уметнике.

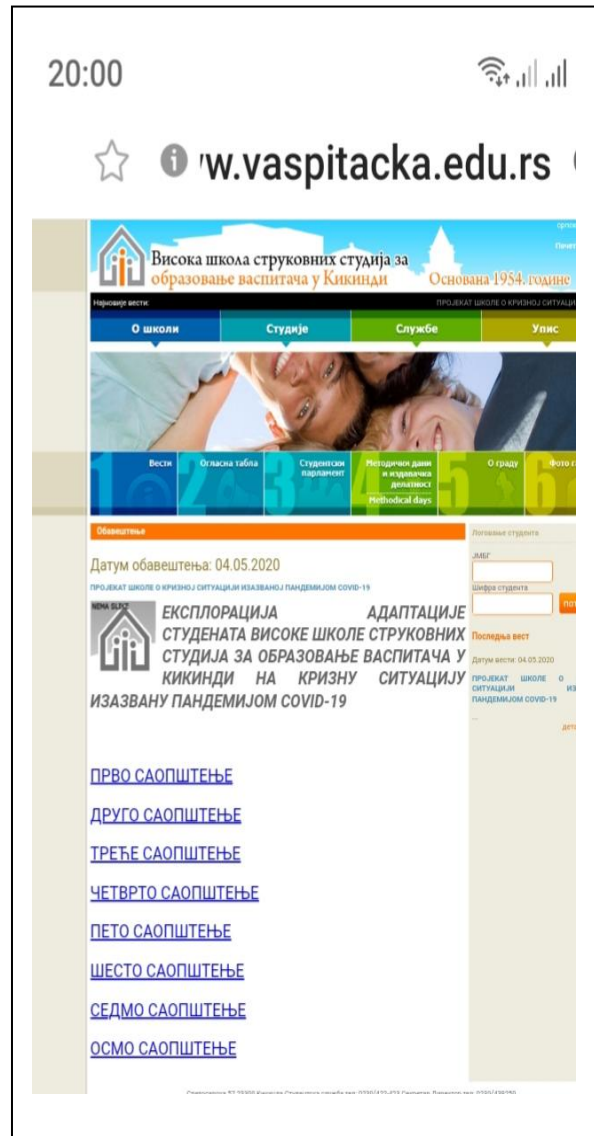
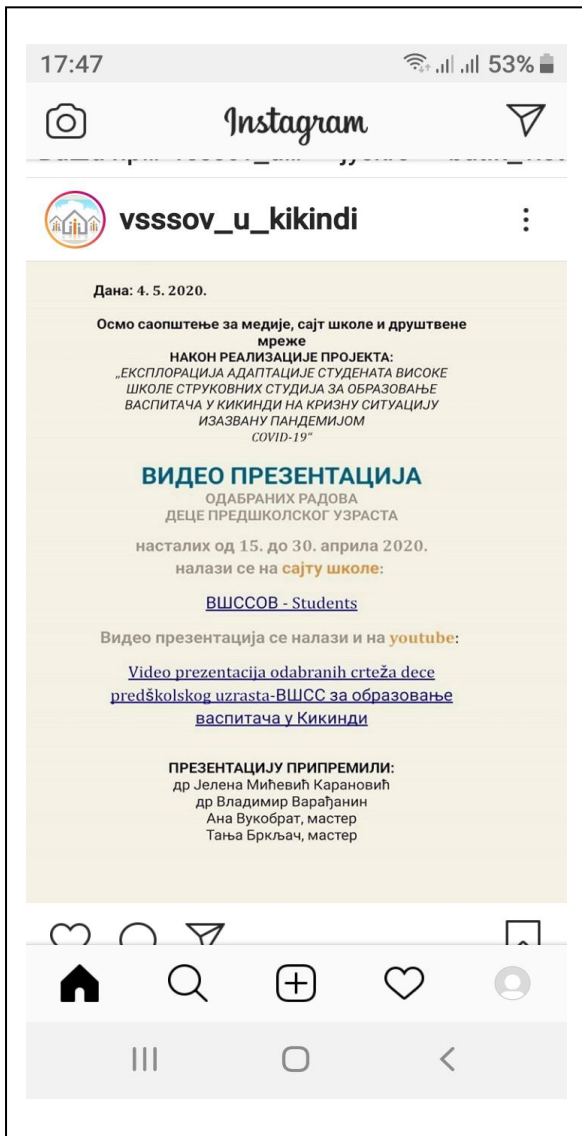
Хвала деци којој се дивимо!

Директорица Школе:
др Ангела Месарош Живков

Ауторка пројекта:
др Јелена Мићевић Карановић

Saopštenje za medije, sajt i društvene mreže je objavljeno na:

- Na sajtu VŠSSOV u Kikindi: [http://www.vaspitacka.edu.rs/
http://www.vaspitacka.edu.rs/students/view_ob/6753](http://www.vaspitacka.edu.rs/http://www.vaspitacka.edu.rs/students/view_ob/6753)
- Na društvenim mrežama VŠSSOV u Kikindi: [https://www.instagram.com/p/B-
2NdPrBil8/?igshid=1n7v0wy6lre46](https://www.instagram.com/p/B-2NdPrBil8/?igshid=1n7v0wy6lre46)
- <http://www.amiradio.rs/info-servis/vsssov-izlozba-radova-predskolaca-na-sajtu-skole/>



22:53 📶 37%

Amiraxi Radio 🔍

INFO SERVIS

VŠSSOV: Izložba radova predškolaca na sajtu Škole

4. maja 2020.

👍 Like 9 Share 🐦 Tweet

📌 Save 0



Слика 1: „Како изгледа коронавирус?“, април, 2020. године, дечак, 6 година

📄 Наставите са преузимањем ОТВОРИ

Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi ⋮

Управо сада • 🌐



amiradio.rs

VŠSSOV: Izložba radova predškolaca na sajtu Škole |...

Odabrani radovi dece predškolskog uzrasta, koji su nastali u drugoj polovini aprila,...

👍 Свиђа ми се 💬 Коментар ➦ Подели

PRILOG 7: PRIKAZ SVIH ODGOVORA ISPITANIKA NA PITANJA OTVORENOG TIPA

Prilog 7 uredile, kvantifikovale kvalitativne podatke i analizirale njihov sadržaj:

mr Sribislava Pavlov, predavač

dr Angela Mesaroš Živkov, prof.

1. Navedite šta vam najviše nedostaje da radite dok traje vanredno stanje zbog pandemije Covid-19?

Najviše mi nedostaje rad i konkretne obaveze. Privređivanje.

Najviše mi nedostaje dečko.

Najviše mi nedostaje druženje, šetnja

Da budem u domu i da se družim sa mojim cimerkama.

Druženje, odlazak od kuće češće, bliske osobe iz druge sredine kretanje, ljudi, posao

Društvo, druženje sa njima i setnja u prirodi

Kretanje bez straha od zaraze

Najviše mi nedostaje sloboda, unutrašnji mir i blagostanje uma, da mogu slobodno da se krećem bez straha o zarazi

Mama

Šetnja u večernjim satima

Socijalizacija, priroda, sport

Da izadjem ispred kuće bar, jer sam već 28 dana u izolaciji.

Moj posao, vrtić tj deca

Baka

Druženje!

Nedostaje mi moja drugarica Tamara.

Druženje

Da setam uvece, i idem na kafe.

Druženje sa prijateljima, predavanja jer mi online nastava veoma tesko pada, treninzi...

Nedostaje mi volontiranje u muzeju; predavanja...

Šetnja i moji dragi prijatelji.

Okupljanja sa bliskim prijateljima.

Nedostaju mi druženja sa prijateljima, odlazak u šetnju na bazen, osećaj sputanosti u bilo kojoj aktivnosti je frustrirajući.

Da provodim vreme sa deckom

Da se viđam sa prijateljima.

Nedostaje mi posao, druženje sa prijateljima....

Boravak na otvorenom

Nedostaje mi da provodim vreme sa društvom i da mogu slobodno da se krećem.

Nedostaje mi: druženje, familija, zagrljaji sa bliskim ljudima, šetnja... Mnogo toga ☹

Društvo

Druženje sa prijateljima.

Boravak u prirodi, zaokupljenost nečim

Ne dostaje mi posao pošto sam zbog situacije u kojoj smo ostala bez njega

Rad na poslu

Sloboda kretanja, jer sam trudna i dodatno sam se ulenjila

Posao
Druženje sa prijateljima
Setnja sa decom do parka, druženje sa prijateljima i kolegama
Trčanje
Svakodne aktivnosti posao studiranje obične stvari
Druženje
Životni ritam i navike...
Rad sa decom
Trening, drženje sa prijateljima, šetnje
Ono što mi najviše nedostaje dok traje vanredno stanje, jesu svakodnevne aktivnosti koje sam mogla da vršim pre ovoga, koje se ne odnose na kućne aktivnosti. Mogla sam slobodno da izađem iz kuće, odlazim u šetnju, vozim rolere. Nedostaju mi moje sestre sa kojima se ne viđam isključivo zbog naše bezbednosti Ali zbog ove situacije, najbolje je da se strpimo, i sačekamo da ovo prođe.
Baka♥☐
Druženje sa prijateljima, i odlazak na fakultet jer je tako sve bilo lakse
Zbog toga sto radim na mestu gde prolazi puno ljudi svakodnevno, izložena sam mogućnosti da dobijem virus, i samim tim mi nedostaje kontakt sa bliskim ljudima koje trenutno izbegavam zbog njihove bezbednosti.
Da budem sa devojkom i sloboda kretanja.
Da radm svoj posao u firmi
Setnja
Izlazak na vazduh, šetanje sa decom. Jednostavno, boravak u prirodi.
Okupljanje sa društvom, voljena osoba i vreme sa njom, vreme sa bakom i decom
Izlazak u grad
Sloboda kretanja i druženje sa ljudima
Šetnja, vožnja bicikla
Iskreno, nedostaje mi "samo" sloboda.
prijatelji, trening, brat, sestre, setnja uvece sa drugom
Kretanje van kuće, posao, dnevna rutina kada nema vanrednog stanja
Da izlazim, šetam i družim se sa prijateljima.
Najviše mi nedostaju prijatelji i boravak u prirodi.
Da idem na posao
Druženje sa porodicom, viđanje sa meni dragim osobama.
Da idem na posao koji zaista volim, moja deca u vrtiću
Odlazak u bioskop, pozorište, na koncert
Odlazak na posao, slobodno kretanje, društveni život.
Da budem u prirodi sa decom.
Druženje sa prijateljima
Posao, folklor
Da izvedem dete !
Izlasci i druženje.
Boravak u prirodi i na svežem vazduhu sa prijateljima i porodicom
Posao
Ne
Bliskost sa dragim ljudima, posao, kolege
Provođenje vremena napolju, izlasci
rad sa decom i omladinom
Da zagrlim majku i ostale bliske ljude
Da imam slobodu kretanja i da idem na fakultet
Nabavka potrebnih stvari/materijala
Najviše mi nedostaje nedostatak stručne literature, kako bih se posvetio pisanju seminarskih radova

Druženje sa prijateljima, izlasci, treninzi, rutina
Prijatelji.
Nedostaje mi druženje sa dragim ljudima i normalan život.
Soocijalno okruženje, i masovna događanja
Sloboda.
Da se družim, treniram
Šetnja, odlazak u prirodu, druženje
Druženje sa prijateljima
Da viđam drage ljude
Da idem na trening
Druženje sa prijateljima, šetnja
Druženje sa bliskim ljudima
Druženje sa prijateljima
Druženje za prijatelja
Druženje sa prijateljima.
Da se družim sa drugaricama i da treniram u fitnes centru
Druženje i izlazak sa prijateljima.
Odlazak u restoran, tržni centar...
Druženje sa prijateljima
Druženje pre svega!
Izlazak napolje, u šetnje, boravak u prirodi. Viđanje sa porodicom, prijateljima.
Nedostaje mi da se vidim sa svojim roditeljima, sestrom i prijateljima
Fakultet, ispijanje kafi sa društvom.
Trening
Druženje sa prijateljima, boravak u prirodi.
Šetnja, odlasci na kafu, druženja, zurke
Nista specificno
Druženje, posao,
Nedostaje mi društvo.
Da se slobodno krećem i družim sa bliskim ljudima.
Šetnja sa porodicom.
Kretanje, odlazak na posao, druženje
Druženje sa majkom, prijateljima, komšijama.
Da se družim sa prijateljima
druženje s prijateljima
Пријатељи
Provođenje vremena sa dragim i voljenim osobama.
Druženje, i posao(deca).
Sloboda
Izlasci
Da vreme provedem sa sestrom kojoj sam sada najpotrebnija, zato sto je izgubila svoje dete, a vanredna situacija mi ne omogućava da budemo zahedno.
Дружити се са пријатељима и проводити време са девојком
Druženje
posao
fizička aktivnost- igra
Šetnja ,i druženje sa prijateljima.
Treninzi i i odlasci i dolasci bliskih prijatelja i naravno moj posao vrtic
probeee
Druženje sa meni dragim ljudima i neograničeno vreme(odnosi se na policijski čas)
Najviše mi nedostaje druženje sa prijateljima. Čak mi i predavanja nedostaju jer mi je naporna online

nastava putem mejlova.
Posao
Da se družimo sa prijateljima,rodjacima,..
Najviše mi nedostaje druženje sa prijateljima i daljim članovima porodice.
Druženje sa dragim ljudima,šetnje po parkovima ,treninzi(ajrobik)..
Boravak u prirodi, druženje sa prijateljima
Druženje
Igranje sa decom napolju.
Nedostaju mi setnje u prirodi.
nedostaje mi posao (radionice sa decom), kvalitetan trening
Igranje rukometa
Da pijem kafu sa svojim prijateljima, da sedim u kaficu i tako provodim vreme.
Posao, druženje sa dragim ljudima.
Svakodnevno druženje sa bliskim prijateljima i večernja šetnja.
Fizička aktivnost i kontakt sa prijateljima
da vidjam ljude
druženje sa prijateljima
Izlazak
Sloboda kretanja i okupljanje sa društvom
Druzenje sa prijateljima
Provodim vreme sa detetom u parku.
Izlazenje u grad
Da radim sa decom
Susreti sa prijateljima i rođacima, kao i voznja bicikla.
Druženje
Prijatelji
Šetnja, trčanje, posao
Fizička aktivnost
Setnja uvece
Druzenje sa prijateljima i folklor. Oti
Nedostaje mi da provodim vreme sa svojom porodicom u prirodi, da se zabavljam sa prijateljima. Uzivam u carima okoline.
Viđanje sa ćerkom koja je zbog posla u drugom gradu.
Prijatelji
Druženje, šetnje..
Društvo, foklor
Normalan nacin rada
Fizicka aktivnost u prirodi, druzenje sa prijateljima
Da se slobodno krecem i vidjam sa dragim osobama.
Posao
Posao u realnom okruženju
druzenje ,roditelji i prijatelji
Kretanje
Druzenje,
Nedostaje mi ćerka koja je u drugoj državi
Normalan zivot
Fizička blizina dragih ljudi.
Odlasci u setnje i druzenje sa velikim brojem ljudi
Najviše mi nedostaje radno mesto koje sam privremeno morala napustiti zbog nastanka pandemije.
Trčim, provodim vreme sa prijateljima, da imam obavezu da moram na fakultet

2. Šta ćete prvo uraditi kada se završi vanredno stanje zbog pandemije korona virusa Covid-19?

Otići ću kod roditelja i rodbine.

Otići ću kod dečka.

Da odem sa drugaricama na kafu.

Otići na pivo.

Putovati!

Izaci i otici kod ljudi koje volim...raditi...putovati

Videti se sa svojim društvom

Posetiti porodicu

Da posetim najbliže, svakako bih se i prošetala u prirodi, ali bih i dalje neko vreme ostala u samoizolaciji za svaki slučaj zbog sebe i svojih najmilijih koji su izuzetno rizična grupa.

Družiti se

Izaći do kafica

Prošetati omiljenim delovima grada sa prijateljima

Ništa baš

Zagrliti baku

Izaci sa društvom

ici cu sa tamarom na kafu

Proslaviti

Otici na kafu.

Videti se sa prijateljima i otici na trening.

Okupiti se sa drugarima i otici na kafu.

Izgliti sve drage osobe!!

Da se okupim sa bliskim prijateljima, i da im kažem da ih volim.

Okupiću svoju decu i provesti vikend sa njima i učiniti ga nezaboravnim.

Druziti se sa prijateljima

Da se vidim sa prijateljima koji zive u mom gradu a i sa prijateljima koji žive u drugim mestima.

Još razmišljam

Zagrliti najmilije

Biću obazriva, dok ne budem sigurna da je skroz prošla sadašnja situacija. Volela bih da odputujem negde, ali nisam sigurna da će to biti ovo leto zbog raširenosti virusa.

Plašim se da ću bilo šta odmah tada uraditi, ne verujem da će ovo proći tek tako i ne očekujem da ćemo sve smeti kada nam kažu "PROŠLO JE" .

Da odem kod bake i deke

Zagrliti sestru i njenu decu!

Aktivirati se fizički

Otiću u kafanu

Vratiti se na posao i prošetati

Prošetati i posetiti svoje najmilije

Videti se sa prijateljima i kolegama

Otići na kafu sa najdražim prijateljima i videti se sa najbližom rodbinom

Ne znam

Prošetati

Biti sa prijateljima

Izaći sa društvom

Ono što u tom trenutku moja deca požele.

Da se vidim sa porodicom

Otići ću na kafu sa prijateljima

Najverovatnije ću se prvo videti sa meni dragim i bliskim ljudima.
Družiti se ☺☺☺☺
Obići siru porodicu, koju sad ne mogu da vidjam
Dati otkaz ,zbog loseg tretiranja zaposlenih u ovakvoj situaciji.
Videti se sa devojkom
Nista odredjeno nemam u planu
Provodicu vreme sa prijateljima
Šetati ceo dan.
Kod voljene osobe napraviti roštilj i malo društvo, otputovati negde, poseta baki i deki
Napiti
Otići na put
Prošetati se
Ne znam.
videti se sa bratom i sestrama, napraviti zurku kod kuće i pozvati društvo, roštiljanje i slicno
Odvesti decu u prirodu,videti se sa porodicom
Videti se sa drugaricama.
Videću se sa starijim članovima porodice i prijateljima.
Zagrliti meni drage ljude
Posetiću porodicu
Proslaviti rođendan
Sa prijateljicama druženje
Griliti se sa dragim ljudima.
Izaći u prirodu sa decom
Otići u šoping
Videti se sa drugaricama
Verovatno cu morati na posao..... izvodicu dete
Videću se sa drugaricama.
Sačekati još neko vreme da se situacija potpuno smiri rdsi bezbednosti svih, a potom provesti vreme sa prijateljima, porodicom i rodbinom vidu manjeg okupljanja
Ne znam
Ne
Zagrliti i izljubiti najblize
Videti drage osobe
prošetati sa porodicom i castiti se ruckom i sladoledom, kao i prijaviti MASTER temu
Griliti, maziti i ljubiti sve one koje mnogo volim
Naći se sa prijateljima
Otici na sladoled
Najverovatnije cu xa se posvetim ucenju, posto puno zaostajem (po sopstvenom misljenju)
Nacicu se sa prijateljima
Okupiti prijatelje.
Prošetati sa decom kroz trg.
Ništa što već ne radim
Biti napolju ceo dan.
Videti se sa dečkom
Provesti popodne u šetnji
zakazati kod frizera
Videti drage ljude
Nadam se izaci na sve ispite i resiti to
Prošetati sa najboljom drugaricom
Biti sa svojim roditeljima i rodbinom
Da odem na kafu s prijateljima

Pozvacu ptijatelje
Videću se sa dragim ljudima.
Ici na trening u fitness centar
Izaći sa prijateljima.
Posvetiti se obavezama.
Popiti kafu sa drugaricom u kafiću.
Posetiti rodbinu i prijatelje!
Biti napolju ceo dan.
Posetiti svoje najmilije
Posvetiću se završavanju fakulteta i traženju posla.
Trening
Ne znam,nisam razmisljala
Otici na kafu
Izaci sa drustvom
Otici u dugu, dugu, dugu setnju na nekom izletistu
Izaći sa društvom.
Nisam razmišljala o tome.
Šetati sa porodicom.
Napraviti žurku.
Opušteno šetati sa svojom decom na trg, kokice, Staro jezero, voziti biciklove....
Voditi baku na caj!
ici cu s drugaricom na kafu
Неке ствари ћу урадити по први пут
Provesti vreme sa osobama koje su mi nedostajale.
Prosetacu sa svojom porodicom.
Otici od kuce
Izaci u grad
Otici cu da obidjem svoju sestru i grob sestrica koji se upokojio sa 16 god.
Срести се са друштвом у граду
Setati po kraju
odrazati cas sa decom uzivo
izljubiti roditelje i bratovu porodicu
Neću ulaziti u stan!
Nista posebno.. obaviti neke preglede koje nisam bila u mogucnosti
diplomirati u skorije vreme
Otići kod prijatelja bez vremenskog ograničenja, na fakultet čim se otvori
Otići ću sa drugaricom u prvi otvoreni kafić na kafu.
Raspitati se kada je ispitni rok i angažovati se oko skole
Druziti se sa prijateljima,ici na neki izlet.
Prvo ću posetiti svoje rođake i prijatelje sa kojim nisam bila u fizičkom kontaktu duže vreme.
Videcu se sa rodbinom,popicu kafu sa svojim koleginicama....
Otići u prirodu, isključiti mozak i resetovati se
Otići sa društvom na kafu
Icicemo napolje.
Voziti rolere.
posetiti svoje roditelje
Izaci s drustvom
Popiti jedan espresso!
Sakupiti drage ljude i napraviti žurku.
Prošetaću u večernjim časovima bez opterećenja da će početi policijski čas.
Posetiti roditelje

Ići cu kod devojke
ne znam
U izlazak
Izaći u dugu šetnju, posetiti drage ljude i družiti se sa prijateljima
Otici kod roditelja
Izvesti dete na neki izlet.
Napraviti roštilj sa društvom
Posetiti prijatelje
Cvrsto cu zagrliti najdraže !
Otići kod roditelja
Videti se sa rođacima i prijateljima
Ići na trening
Da izvedem dete napolje i vratim se sportu.
Videti se sa bliskim osobama
Otići na posao u normalnim uslovima.
Ugledati osobe koje su mi daleko trenutno i zagrliti najjače.
Provesti što više vremena sa ćerkom i roditeljima.
Videti se sa prijateljima
Videti se sa prijateljima.
Prvo ću da odem u crkvu i zapaliti sveću za sve one ljude koji su izgubili svoje živote.
Otici u prirodu
-
Otici u kupovinu stvari za dete jer je sve prerasla i popiti kafu u gradu.
Otići u prirodu
Ne znam
provesti više vremena sa roditeljima
Prošetati
Jos ne znam
Da vidim svoju ćerku
Izacu slobodno na ulicu
Videti se sa prijateljima.
Kvalitetnije cu provoditi slobodno vreme
Videti se sa meni dragim ljudima.
Izaći sa prijateljima koje nisam videla tokom vanredne situacije

3. Da li i koje Vaše stavove je vanredno stanje izazvano pandemijom virusa Covid-19 promenilo kod Vas?

Imam vremena za razmišljanje, te me više ljudi razočaralo stavovima, postupcima. Izbegavam ih, nekako me vanredno stanje infiltriralo od gluposti.

Nije.

Ima dosta toga

Ljudi treba da budu disciplinovani i ako već ne misle na sebe, neka pomisle kako će biti ljudima koji su već oboleli od nekih bolesti i kako bi virus uticao na njih.

Želim da se zaposlim u što kraćem vremenskom periodu nakon diplomiranja i da se preselim i osamostalim! Kao i da nastavim da se edukujem u svojoj budućoj struci.

da se preispitam ko mi je prijatelj...da se bolje snalazim u ovakvim situacijama....da nista nije strasno u zivotu...da budem jos jaca

Nije promenilo

Ne

Uglavnom nije promenilo ništa, osim da bih trebala i inače više da se pazim i zbog sebe a tako i zbog svojih bližnjih. Takodje, podeljeni su mi i stavovi o sistemu i o zdravstvu, ali kao i u svemu tokom života ima dobrih i loših ljudi. Naime, poznajem ljude obolele od Covid-19 nije baš sve tačno što se čuje i plasira u medijima, pukom srećom, da ne kažem srećom u nesreći saznala sam među prvima da u Kikindi postoje zaražene osobe, a o tome se u medijima čulo tek nakon par dana.
Nije me promenilo
Promenilo je to da ne treba imati predrasude.
Stavovi nisu promenjeni
Ne
Da niko nije imun, da je zivot ne predvidiv i da se ne moze bas sve unapred planirati.
Stavove o politici i drzavnom uredjenju
ne treba se vezivati za zemlju
Nije
Ni jedno
Sve je ostalo isto.
Vanredno stanje nije uopšte promenilo moje stavove.
Ovo stanje me je dovelo do toga da više vežbam i radim na sebi.
Stav da je vežbanje okej i moguće za mene, kako fizičko, tako i psihičko.
Počela sam da se osvrćem na važnost porodice i materijalne stvari su mi postale sasvim nebitne.
Nista
Apsolutno nista nije promenilo.
Nijedan
Mislila sam da ne mogu da budem duze vremena zatvorena u stanu, al zbog samoizolacije sam videla da mogu i to
Slušam lekare i ljude iz struje koji se obraćaju, pa je moje razmišljanje slično njihovom
Definitino je sada svima (pa i meni) kristlno jasno da je zdravlje najvažnije.
Vise cenim provedeno vreme u prirodi i kontakte sa drugim ljudima
Nije promenilo moje stavove.
Ništa se nije promenilo
Nije
Nije
X
Manje osuđujem neke stavove.
Da je u stvari vreme mnogo dragocenije nego što sam mislila i da ga uvek treba iskoristiti maksimalno, jer nikad se ne zna šta se može desiti
Ne
Mnogo više brinem za svoju porodicu
Pa nije moje stavove pandemija promenila
Nije se promenilo
Da se u momentu može promeniti i ono što nam se u životu dopada i ne dopada.
Mislim da je sve isto.
Nije
Iako sam to ranije radila, više sam počela da brinem o svom zdravlju i zdravlju porodice. Promenila sam neke navike, i koristim vreme kod kuće maksimalno.
/
Postala sam ozbiljnija.
Potvrđivanje prioriteta u zivotu i onoga sto je stvarno bitno i vazno
Postao sam odlucniji i odgovorniji.
Nista nije promenilo
Ne
Slabo sam promenila stavove zbog virusa. Idalje imam iste stavove kao i pre, smatram da je ovo što se

desilo u neku ruku i dobro, da vidimo da možemo bez mnogo materijalnih stvari i da je porodica na prvom mestu i bližnji
Nervoza i to jaka. I što hoću neću. Postala sam neodlučna osoba.
Da sve više ne podržavam vladajuću partiju.
Ne
Stavove po pitanju prioriteta u životu
Uglavnom ne. Možda je samo pokazalo prave osobine ljudi sa kojima saradujem.
više cenim vreme koje sam provodila sa društvom i rodbinom
nista nije vecno
iskoristiti sve dok imas sansu, ako nemas, onda je stvori sam
Ne znam
Tek kada su mi neke stvari "oduzete" shvatila sam koliko ne cenim slobodu koju inače imam.
Ništa se nije promenilo.
Da, više ću ceniti život, slobodno kretanje
Ništa nije promenilo
Samo da je zdravlje broj jedan
Još više oslabilo poverenje u institucije
Demokratija ispred autokratije pod hitno.
Da. Mislim da treba da budemo jači i jedni uz druge.
Više osećajnosti i ljubavi prema drugima
Nije se ništa drastično promenilo
Nije promenilo nistasamo je pomoglo da neke stvari vidim iz drugog ugla sto ce mozda dati rezultate u narednom periodu.....
Osećam se zahvalnije.
Postala sam još više organizovanija i pozitivna
Nije promenilo
Ne
Nije izazvalo nikakve posebne stavove.
Malo
O svakako..., Obazrivo sa ljudima (pojedinci su kontaminirani)
Ništa drastično
Nisu promenjeni stavovi
Znacaj nekih bitnih/nebitnih stvari
Da smo izgubili empatiju
Da sve zavisi od nas i nade discipline
Ne znam.
Ne
Nije promenilo stavove, samo navike
Stavove o vrednostima života.
Vrednija sam kod kuće nego što sam bila.
Moji stavovi su ostali nepromenjeni.
Da covek bez mnogih stvari moze
Nije
Ne
Da budem opreznija
Nije izazvalo nikakve stavove nu
Sve je isto
Dosta je promenilo
Moji stavovi su i ranije bili isti. Mislim da je pandemija zbližila ljude, u smislu pomaganja jedni drugima.
Da se vise edukujem za virus, da bih zastitila bliznje

Mnoge stavove je promenila pandemija Covid-19 kod mene.
Smatram da svi treba da usporimo i prihvatimo da je zdravlje najvažnije.
Nije se ništa promenilo.
Sve je kao i pre!
Nije mnogo promenilo. Stavove koje sam imala i pre virusa imam ih idalje. Da treba da se poštuje sve što je živo, da smo na ovoj planeti samo gosti i da treba svakoga dana biti i težiti da budeš bolji čovek.
Nije
Nije uticalo na moje stavove, i dalje su isti.
Sve je nepromenjeno
.
Nisam znala da ljudi toliko ne znaju i ne zele da postuju nesto sto mnogo znaci svima nama, vidi se koliko bezobrazluk, inat, bahatost i bezobzirnost vlada kod ljudi u nasoj drzavi.
Nista se nije promenilo
Spremnost i organizacija Drzave
Moje stavove ovo vanredno stanje nije promenilo.
/
Strpljenje
Drugačije razmišljanje o životu i prolaznosti
Da se više vremena porodici i naći vreme i za sebe i za njih.
Nista se nije promenilo
Svesnost, koliko sloboda kretanja znaci
Став о јединству, разумевању
Neke da, neke ne. Zbog vanrednog stanja shvatićemo da treba više da se volimo i poštujemo u normalnim uslovima, i da sve negativne stvari svedemo na minimum.
Niko nije promenio moje stavove.
Nerviram se
Nije
Stav prema zivotu
није
Vrednost fizicke aktivnosti
Odnos prema poslu, materijalnim stvarima.. sve je promenljivo.Odnos prema zdravljuje izrazen kao najvazniji.
nije promenilo stavove
Ne,nije
Izdrzljivost..strpljenje
nemam komentar
nije se ništa znatno promenilo
Nijedan stav mi nije promenjen.
Nije mi promenulo stavove
Plasljivost, za sebe i svoje bliznje.
Moji stavovi su ostali nepromenjeni, jer smatram da bi smo trebali biti humani i van ovakve situacije.
Da,nepoverljiva sam...
Trudila sam se da funkcionišem najnormalnije moguće kao i pre pandemije
Nikakve stavove nije izazvao Covid-19
Nista se nije pomenilo.
Nije.
ništa nije promenilo
Nisu
Ne, nije.
Nije izmenilo.
Stav o životu, svaki dan nam je veoma dragocen, kao i vreme provedeno sa bliskim osobama.

Nije promenilo
Ne
da treba više obraćati pažnju na svoje zdravlje
Nije
Stav o studiranju. Nekako je bilo lakše dok smo bili prisutni na predavanjima.
Nema promena
Mnoge stavove.
Nije se nista promenilo
Zivot cine sitnice
Nista nije vrednije od zdravlja!
Nije
Visse vremen se treba posvetiti sebi i svojim najblizima
Nije promenilo ništa
Čini se kao da pojedini ljudi uživaju u uzbudljivosti nesvakidašnjice i šire paniku. Život je postao isuviše dosadan pa su špricanje alkoholom i višemeterski red isped radnji izazvali lučenje adrenalina kod većine, pogotovu aplauzi istim onim lekarima koji su do juče bili oštro kritikovani.
Jeste
Nije promenilo ništa.
/
Shvatila sam da neke stvari ne treba odlagati. Jednostavno treba živeti...
Ni jedno
Sve je ostalo isto.
Nema ih
Nije promenilo moje stavove
-
Dokazalo je da zivimo u izreziranom svetu, a volela bih da je zapravo drugacije . Tad bi znacilo da je taj moj stav promenjen.
Nije, moje vrednosti i stavovi su ostali isti, još čvršći
Nije ništa promenilo
koliko je vazna i znacajna kolektivna svest
Treba ceniti više obične stvari.
Da, da na vreme završim skolu
Nepoverenje u ljude
Da cenim neke stvari koje imam
Opuštenost u "gomilanju" namirnica i ostalih potreština!
Izrazeniji je stav da je sve promenljivo i da je potrebno mnogo vise obrazovanja i kulture u svetu.
Pre vanrednog stanja sam imala stav da smo kao narod mnogo realističniji i humaniji, manje sebični, ali moj stav se promenio tokom ove pandemije.
Da se pazim više, da se ne šalim sa takvom situacijom i zdravljem.

4. Navedite najboljšu i najafirmativniju motivacionu poruku koju ste preko medija čuli, pročitali, a tiče se preporuka kako bismo očuvali psihofizičko zdravlje i kako bismo zaštitili sebe i druge.

Ne postoji motivaciona poruka koja može da deluje na ljude u tolikoj meri koliko lični stav i obaveza prema sebi i drugima. Ne bavim se i ne zanimaju me motivacione poruke, ni pre, pa ni sada tokom vanrednog stanja.

“Nikada nije kasno... Nije kasno da se počne ispočetka. Nikada nije kasno da budete srećni”, Jane Fonda

\

Ostanite kod kuće. ♥☐

Od toliko loših nisam obraćala pažnju na dobre
ako nekog volis najbolje je sto mozes da ucinis za njega da ga ne vidjas
Budimo ozbiljni, odgovorni, razumni, solidarni, pazimo na sebe i na druge i poštujemo pravila koja su u interesu zdravlja i života.
Kako zracis tako privlacis
Sve mi je izuzetno dirljivo, trudim se da ostanem racionalna i da prihvatam samo pozitivne poruke koje nam šalju preko medija, ne bih mogla da izdvojim jednu.
Niko neće brinuti o tebi ako ne brines sam o sebi.
Sve će proći ali uvek treba da budemo empatični, solidarni i da pomažemo drugima.
"Svoju snagu prepoznaćeš po tome koliko si u stanju da izdržiš samoću"
Nisam zapazila takvu poruku.
Sve poruke koje ukazuju na to da ce sve biti u redu i da cemo zajedno prebroditi sve.
Ostanite kod kuće...
predaja nikada nije i neće biti opcija za Srbiju. Zivela Srbija.
Nema ih
Prebrodicemo zajedno koronu
`Sta god da sadrzi sadasnji trenutak, prihvati ga kao da si ga izabrao`, Eckhart Tolle
Strpljenje i mere prevencije spašavaju život.
Ostanite kod kuće.
Ostanite kod kuće.
Mediji stvaraju paniku među ljudima i vrte iste rečenice. Ne mogu više da ih slušam.
Proci ce sve
Nema.
"Biće proleća i sunca, uprkos svemu, zainat svemu, da otkloni sve ono što se suprotstavlja životu", tako nekako..
Sve prodje...pa ce i ovo
"Jedva čekam da te vidim, kad sve prođe, kad svet ozdravi"
☒
One koje najviše volimo ne treba da ih vidimo sad.
Sve će proći.
Preko medija ništa lepo nisam čula
Osmeh je naš zadatak za danas.. Osmeh i široko srce
Cuvajmo sebe i svoje bliznje
Ostani kod kuće. Pomazemo sebi a i drugima
Voli sebe i svoje najbliže!
#ostanikodkuće, ova poruka govori sve, jer samo tako se možemo zaštititi, i sebe i naše najbliže
„Iz planine očaja, rađa se NADA.“ Martin Luter King
Da je neko donirao respiratore, bilo koju vrstu pomoci...
Ostanite kod kuće
Ne znam
UVEK JE PRERANO ZA ODUSTAJANJE!
Najviše me je motivisalo : VERUJTE DECI KADA VAM KAZU" SVE CE BITI DOBRO"
"Žene, slobodno idite u šoping u Italiju."
Možda nije najlepša, ali je najbolja za nas. A to je da ostanemo kod kuće.
Jer imamo jedan život, i ne bismo trebali da se igramo sa ovakvim stvarima. Jer ne rizikujemo samo svoj, nego život drugih ljudi.
Brinite o sebi i svojim najmilijima...' ostani kod kuće.
Pesma Ostani kod kuće ima veoma lepu pouku.
Nista pametno nisam procitala
Sacuvaj zivote i ostani kod kuće.
Ima ih vise, ne mogu izabrati bilo koju od njih

Nisam cula
Jedna doktorica, psihoterapeut je rekla da strah je najveći neprijatelj, i slažem se sa tim, jer u strahu ljudi ne znaju šta rade i ne plašim se. Pridržavam se mera, ne izlazim napolje, ako baš moram to je sa maskom i rukavicama i to je to.
Ostanite kod kuće, ako ne zbog sebe onda zbog vasih najbližih.
Ostanite kod kuće
Nisam neko kome su potrebne te poruke ali smatram da je najjača poruka koja treba da utiče na sve "da se oстане kod kuće"
Radite svakodnevno na sebi
"Na kraju će biti sve dobro – pošto sad nije dobro, znači da još nije kraj." Otac Grigorije
Ne može nam niko ništa, jaci smo od sudbine :D
Sreća se nalazi u svemu. Treba je samo znati izdvojiti. Konfucije ;)
Poruke vezane za cinjenicu da će se uskoro sve ovo završiti
Ne mogu trenutno ni jedne da se setim.
"Ostanite u svojim domovima".
"Jedini način, ako nekome želiš dobro, jeste da ga ne vidiš."
Iskreno ništa nisam čula da mi deluje kao najlepša motivaciona poruka.
Što manje pratiti medije
Ostani kod kuće!
Slušajte muziku, čitajte knjige, brinite jedni o drugima i sve će biti dobro.
Samo da poštujemo sve odluke i da budemo kod kuće, tako ćemo zaštititi sebe a samim tim i druge.
Drži svoje lice naspram Sunca i nećeš moći videti senku. (Helen Keller)
Pomozimo lekarima, da pomognu nama
Sve što treba da uradite jeste da ostanete kod kuće!
Budite odgovorni prema sebi i drugima. Iskoristite ovo vreme na kvalitetan način. Sada je vreme da pročitate knjigu koju da sada niste imali prilike, a želeli ste, gledajte serije, filmove, vežbajte.
Budite odgovorni i ostanite kući, kako zbog sebe tako i zbog drugih.
Ništa mi nije privuklo pažnju
Ne
Ostati kod kuće je čin ljubavi!
Sve prolazi.
"Perite ruke" sto više
"Ne možete kontrolisati šta se dešava napolju, ali možete šta se dešava unutra"
Da smo zajedno u ovome i da se čuvamo
Trebamo biti slozni
Ostani kod kuće
I ovo će proći
.
Sada možete da uživate sa vašom decom mnogo više nego inače
Ne pratim instant Tv poruke lajf kouča i ostalih samozvanih stručnjaka
Nadjite vreme za sebe, sad Vam je najbolja prilika.
Budimo strpljivi sve će biti u redu
Budući da radim u medijima, znam da je naša svakodnevna poruka da se oстане kod kuće, da se veruje samo zvaničnim podacima, da se što manje oslanjamo na priče sa društvenih mreža, gde se neretko širi panika. Nikad lakše nije bilo da budemo heroji - ostanite kod kuće. I ovo će proći :-)
porodica je najbitnija sada
Naći ljubav u malim stvarima, provesti vreme sa svojom porodicom nije kazna ,već blagoslov
Iskreno previse ih je ne znam tačno koju bih navela
Ostanite kod kuće da sačuvate svoju porodicu i bliske ljude
Nisam cula ni jednu toliko motivacionu da bih podelila
Ostanite kod kuće

Da su deca zarazena
Da ostanemo kod kuće kako bismo sačuvali sebe, ali i svoje najbliže.
Ostanite kod kuće, tako ćete zaštititi svoje najbliže
Ostani kod kuće.
I dalje je proleće, sve cveta, dani prolaze. Vreme i prirodu ništa ne može da zaustavi.
Ostanite kod kuće i sve će biti u redu.
Ostanite kod kuće!
Iskreno, nisam čula ni najlepšu, ni najafirmativniju. Ne verujem našim medijima baš previše.
Nisam čula nista lepo
Čuvajte svoje zdravlje, ostanite kod kuće.
Ne slusam ni motivacione ni pesimisticne poruke, trudim se da ne uticu na mene.
.
Svi razmišljaju o tome kako da promene svet, ali niko ne razmišlja da promeni prvo sebe.
- Lav Tolstoj
/
Ne boj se, samo veruj
Ostani kod kuće!
Nisam sigurna da sam tako nešto čula.
Nisam čitala takve poruke.
Uživaj sa svojom porodicom
Proćiće i ovo....!
Slabo pratim medije, nista lepo nisam čula
i ovo će proći
Активност за децу "Дуга"
"Što si im dalje, to si im bliže" ; Što manje kontakata, obavezno nošenje maski.
Ostani kod kuće da bi zaštitio one koje volis.
Ostanite kod kuće, dosta je
Čuvajte sebe i druge
Ostani kod kuće.
Мала девојчица, која говори да останемо код куће, да прође корона!
Podrska starim licima
Toliko brige o drugima, o starijima, o porodici... Porodica je postala centar sveta.
"Ljubi bližnjeg svoga kao samoga sebe" . A kako da ga najbolje volimo? Tako što mu nećemo nauditi i koristićemo zaštitnu masku, rukavice i ostati kući.
I iz ovoga ćemo izaći još jači!!!!
Ostanite kod kuće..
#ostanikodkuće
nisam čula ni pročitala
Treba ovu priliku iskoristiti i biti sa svojom porodicom. Čuvati svoje zdravlje, ali i paziti na zdravlje svojih ukućana.
Ostani kod kuće
Ostanite kod kuće, to nam jedino može pomoći da smanjimo širenje virusa.
Poruka koju svakodnevno čujem i koja me ohrabruje da lakše prevaziđem trenutnu situaciju je da će sve biti dobro i da će sve ubrzo proći.
Ostani kod kuće.
Ostani kod kuće
Ostani kod kuće i pomaži starijim osobama
Čuvajte jedni druge.
Ne pamtim.
"Sačuvaj sebe i druge, zato ostani kod kuće"
Ne secam se bas

Ostani kod kuće.
Crtali smo dugu i zalepili je na prozor, sa porukom: " Biće dobro".
Ostani kod kuće, spasi zdravlje sebe i svoje porodice prvenstveno, a zatim i svoje okoline. Ne tuguj zato što si u kući i ne možeš neke uobičajne aktivnosti da realizuješ, zato što vreme provodiš sa svojim najbližim, i na taj način pomažeš svojim sugrađanima.
Distancom se zblizavamo
Ostani kuci i spasi zivote
perite ruke
Nisam procitala
Da ostanemo kod kuće zbog sebe i da iskoristimo to vreme za sebe.
Ostani kod kuće
Ostani kod kuće,sacuvaj najmilije.
Nisam nista cuo
„Budi hrabar ostani kod kuće
Nista nisam posebno lepo zapamtila.
Udaljite se da biste kasnije uzivali u bliskosti
Postujte mere i brzo se proci ovo stanje.
Ostani kod kuće
Nema je! Sem da se ponašamo normalno i naučimo da živimo, opet normalno, sa tim (makedonski infektolog)
Ne znam
Ostanite kod kuće.
Iz ovoga cemo izaci jaci i stabilniji. Zdraviji i znati da cenimo stvari oko sebe.
Čuvajući sebe,sačuvajte svoje najmilije.Budimo jaki,kako za sebe tako i za druge.
/
Nema je.
Treba da se čuvamo da pazino na svoje najmilije, da ostanemo kod kuće.. Ništa nije važnji od našeg zdravlja.
"Mir privlaci mir. Sreca sreću. To je, jednostavno tako. "
Ostanite kod kuće zbog vas i onih koje volite.
Nisam tako nesto cula.
Razgovarajte sa prijateljima
Sve će biti dobro
Budite odgovorni cuvajte vase bliznje
/
Da budemo pozitivni i da postujemo pravila
Ključ vaše motivacije je u vašoj glavi. Vaše misli vas motivišu na putu ka uspehu.
Otanite kod kuće
Pesma "Hvala" kolege Petra Rakića!
Ako imate osećaj da ne znate sta da radite, radite na sebi, tu uvek ima posla.
Male stvari čine sreću. Ako ne možemo da imamo dobru komunikaciju sa porodicom, smatram da je idealno vreme da upoznamo sebe na neki drugačiji način. Sve one stvari za koje nismo imali vremena možemo sada da stavimo kao prioritet.
Ostanite kod kuće.

5. Navedite najlošiju poruku, po Vama, koju ste preko medija čuli, pročitali, za koju smatrate da je dezinformacija ili stvara paniku kod građana.

Kao što sam navela u prethodnom odgovoru:

Ne postoji motivaciona poruka koja može da deluje na ljude u tolikoj meri koliko lični stav i obaveza prema sebi i drugima. Ne bavim se i ne zanimaju me motivacione poruke, ni pre, pa ni sada tokom

vanrednog stanja.
Vredanje političara, medicinskih radnika i prosvetara.
Kada su lazno objavili 24h policijski čas
Ne mogu da se setim.
Predsednik: „Groblja će nam biti mala”
zabrana kretanja od sutra stupa na snagu
Nisam cula i procitala.
Italijanski scenario
Sahranili nam i vaskrsli sugrađanina, Kikinda kao srpski Wuhan
Trud je uzaludan,ne mozemo pobediti
Uvođenje 24h policijski čas.
Svaka poruka povezana sa stvaranjem bespotrebne panike i sa širenjem laži
/
Besmislice poput da je ovo sve "namestaljka" i da nas namerno "truju"
Ceka nas prizor iz Italije
Najsmesniji virus u istoriji covcanstva.
Ima ih dosta!
Ne znam
Najava policiskoj casa od 24h stvara paniku kod gradjana.
Cela ova trenutna situacija je laž od strane predsednika. Ovo je sve varka.
Širenje dezinformacija.
"Ovo je sve teorija zavere i policijski čas je laž sa ciljem da se muslimanski teroristi uvode u državu, a da drugi to ne vide."
Ostanite kod kuće
Ovo ce jos potrajati
Izjava dr Nestorovica da ovaj virus nije opasan i da možemo slobodno da setamo i da idemo u Milano, da su najugroženiji kardiovaskularni bolesnici, da deca ne mogu da obole, da neće biti dovoljno osnovnih sredstva za zivot (brasno, kvasac, naftni derivati, itd.) Kao neko ko pripada osetljivoj grupi (astma) mogu reci da su ove informacije negativno uticale na moje zdravlje, dok nisam odlucila da ne pratim medije.
Preterano pojavljivanje raznih stručnjaka u medijima, razne neproverene teorije o virusu...
Poruke politicke sadrzinesve
Uvođenje potpune zabrane kretanje, konstantno se spominje-a ništa od toga
☒
Upozorenje, desice nam se scenario iz Italije.
Ne dozvoljavam sebi da čitam loše stvari!
Sve što pričaju na televiziji je uglavnom laž, izaziva strah i paniku, a do istine se može doći eventualno preko društvenih mreža
Poruka preko SMS od COVODA 19
Da je neko zarazen.Lazna informacija
X
Da su vakcine čipovane.
Da je sve ovo što se dešava laž i da ljudi treba da budu skroz opušteni
Dezinformacije vezane za pojavu virusa u susednom mestu.
Širenje lažnih informacija
Da neće biti goriva...
Ne znam
KORONA MI NE MOŽE NIŠTA!
Nemam odgovor
"Uvešćemo zabranu izlaska 24 sata tokom 2 nedelje."
Poruka koju smo pretpostavljam svi dobili na telefon. Gde je pisalo da je situacija dramatična i da se

približavam scenariju iz Italije i Španije. Što me je veoma uznemirilo, i dugo sam razmišljala o toj poruci.
Sms poruka od COVIDA.
Virus je smesan, samo nas lazno plase
Nema takve, smatram da i ozbiljnije poruke trebaju da budu, jer su ljudi jako neodgovorni.
Da je ovaj virus smesan i da je za sve ovo odgovoran Bill Gates sa ciljem da vlada svetom.
Svaka pomenuta dezinformacija me iritira
Nisam cula nijednu losu poruku
Kada je nas predsednik rekao starijim osobama ako budu nastavili da izlaze da im sva groblja neće biti dovoljna. Mislim da to nije motivaciona poruka, nikako, a pogotovo ne od vođe jedne države.
Stvaranje panike oko 24h karantina. Ljudi brinu da neće imati dovoljno namirnica pa bukvalno prazne prodavnice.
Najsmesniji virus ikad. Soping u Italiji.
Mediji na društvenim mrežama, naslovi koje objavljuju da bi privukli sto više "klikova"
Svet ce se promenuti
Poruka MTS koja je slata korisnicima mreže da nas čeka italijansi i špansi scenario.
"Situacija je dramaticna. Priblizavamo se scenariju iz Italije i Spanije. Molimo vas da ostanete kod kuce. Krizni stab za suzbijanje zarazne bolesti COVID-19."
Mislim da svi znaju ovu poruku...
Statistika o obolelima, umrlima I komentari kriznog staba u medijima ,zbog toga vesti vise I ne gledam uopste
Bilo ih je mnogo...
" Situacija približava Italijanskom scenariju. "
Bližimo se scenariju Italije i Španije
Broj smrtnih slučajeva ali ne kao dezinformacija, već stvara paniku kod građana. A dezinformacija što ljudi neki pričaju kako je ovo sve farsa i ne postoji nikakav virus i ne pridržavaju se pravila.
Poruke koje su stizale u mts mreži
Ovo je najsmješniji virus u istoriji čovečanstva, ne napada žene, idite u šoping u Milano, biće popusti...
Kikinda ,srpski Vuhan.
Situacija da će ponestati hrane u prodavnicama
Groblja će biti puna
Imacemo scenario kao u Italiji
Nece biti brasna!
Dosta medija je stvaralo paniku raznim naslovima.
Trenitno stanje će trajati tri godine tako što će se vraćati u intervalima.
"Ne znam kako ce izgledati policiski cas od 24h"- izjava precednika u emisi " Prva tema"
Ne
Umrli
Ne znam
nije bilo loših poruka
Razne teorije zavere
/
Nisam primetila
Da je to facebook virus
Da je virus smesan
.
Italijanski scenario. Skroz bespotrebno
Ne pratim TV
Ima ih mnogo.
Ne ništa
Lažne informacije o potencijalnom zatvaranju svega 24/7.

izvestaji smrtnosti iz Italije
Bilo ih je ,ali ni jedna mi nije ostala upečatljiva
Ne znam
Nema
Nema ni najlosije ,sem toga da mozda gradjani ne dobijaju tacne informacije od strane vlasti o citavoj situaciji
Nisam upoznata
Da napada samo starije ljude
To su uglavnom dezinformacije u vezi obolelih osoba (smrt i slično).
Da ce izolacija potrajati do juna
Ukoliko Vam curi nos, postoji mogućnost da ste zaraženi virusom Corona.
Pretpostavke da će stanje biti kao u Italiji.
Sledi karantin od 24h.
Konstantno ponavljanje informacija o broju zarazenih i umrlih.
Pa kada je predsednik rekao da nam neće biti dovoljna sva groblja ako nastavimo da se ponašamo kako se ponašamo. Svi svetski mediji izveštavaju da kretanje nije zabranjeno, samo okupljanje većeg broja ljudi. I da je priroda i kretanje potrebno da bi organizam mogao da se izbori sa virusom i da se jača. Samo kod nas ne može, nemo se sedi po kućama i vene. I ova poruka je više izazvala bes kod većine nego paniku.
Ako se ne pridržavamo mera, groblje ce nam biti malo
Budite heroji, ostanite kod kuće.
Ne slusam poruke
.
Siromasni nemaju sta da izgube, a bogati imaju.....
/
Trudim se da ne pamtim takve objave
Ne znam ni jednu.
"Sledeća nedelja je udarna".
Nisam čitala takve poruke.
Ne znam
Da je Kikinda drugi Vuhan!
.
dovodjenje migranata dok traje policijski cas
Трудим се да се фокусирам само на проверене информације. Али не поштовање забрана од стране поједицаца
Situacija je dramaticna. Priblizavamo se scenariju iz Italije i Spanije. Molimo vas da ostanete kod kuće. Krizni stab za suzbijanje zarazne bolesti COVID-19
Uvodjenje 24 sata policijskog casa.
Smrtni slučajevi
Da je Vucicev sin dobio koronu a Vucic nije u izolaciji
Bice kod nas kao u Italiji.
Барикаде на улазу и излазу града и нестацица горива
Paznja, paznja, paznja... broj obolelih, broj obolelih..
Da ce 70 posto stanovnistva planete oboleti. To se ne zna, To su pretpostavke.
Preuranjena dezinformacija o zabrani izlaska tokom vikenda poslata putem sms poruka.
Ne želim ni da slušam ni čitam takve poruke!
Lazi o broju zarazenih i umrlih.m
broj umrlih
skoro svaka poruka vezano za COVID-19
Ako budemo složni i pridržavali se svega, ovo će u jednom trenutku postati prošlost i ponosićemo se jer smo bili istrajni u tome.

Korona virus
Sto mnogi Beogradjani se setaju po parkovima, kejevima,...
Postoji mnogo takvih poruka, odnosno, dezinformacija, ne obraćam često pažnju na njih i zbog toga ne bih mogla da izdvojim neku poruku.
Uvođenje dugotrajnog policijskog časa.
Izbegavala sam da pratim medije, samo minimalno
Smrtni slučajem
Da se približavamo scenariju iz Italije.
Ne pamtim.
nemam odgovor na ovo pitanje
Ni toga
Sedi će si, ni za će si nijesi.
Nemam.
Uznemirujuća poruka za građane da se približavamo stanju epidemije koja vlada u Italiji i Španiji.
Komentari predsednika Republike
Da nase bolnice nisu dobro opremljene
da će Vučić opet pobediti na izborima
Poruka da se približavamo italijanskom scenariju
Smatram da paniku stvara konstantno prikazivanje ostalih veoma zaraženih zemalja i često iznošenje broja umrlih.
Nema
Zaista ne bih znaka.
Nema je
Ne nositi rukavice, maske
Bilo ih je bas puno!
Velika smrtnost
Da ne bi trebalo ici na letovanje.
Naredne dve nedelje su ključne ☒
5G mreža izaziva širenje virusa! Apsurdno!
Ne znam
Od srede u ponoć počinje 24h karantin. Uvodi se softver gde sms-om pošalješ na odobrenje da izadeš i stigne ti odobrenje sms-om koje pokažes patroli na ulici. Nabavite sutra sve što vam treba.
Najlosije je to sto im govore na neki indirektni nacin da ukoliko se zaraze teze se izlece, skoro nemoguće. Ovo se odnosi na starije penzionere.
Ne slušajte struku,sve što kažu lažu.To je običan grip.
/
Nema je.
Nisam ništa čula, pročitala.
Da nakon oviga nista nece biti isto.
-
Nemojte paniciti.
Svi oblici pretnji
Neće biti dovoljno mesta na Lešću
ne znam
/
Ne znam
U Republici Srbiji do 15. aprila registrovano 4873 osoba zaraženih virusom COVID-19, preminulo još 5 osoba
Mediji
"Groblja će biti mala!"
Razlicite dezinformacije koje nisu argumentovane i koje se slobodno objavljuju, sire paniku.

Lično, smatram da su mnoge informacije koje mediji prenose ustvari dezinformacije. Ima ih mnogo, a neke od njih su sigurno i tačan broj preminulih. Mislim da sve smrtne slučajeve ubacuju u isti koš kao posledica COVID-a 19.

U Italiji što su radili kafići i dosta radnji, a umire svaki dan preko 1000 ljudi.

6. Navedite neku svoju, ličnu, afirmativnu, motivacionu poruku koju biste želeli da podelite sa drugima.

Nemam ličnu poruku, samo bi bilo lepo da ljudi manje provode vremena na društvenim mrežama deleći motivacione poruke, a da se zapravo pridržavaju mera u realnom životu.

Imaš sve vreme ovog sveta, radi šta god poželiš. Trči, smeji se, pleši, voli sebe, igray igrice, slikaj, čitaj. Uživaj u svakom trenutku.

Prijatelj se prepoznaje u lošem vremenu

Sve će proći. Posvetite se sebi i intelektualno se razvijajte. Imate vremena da razmislite o svemu i promenite neke stvari i razmišljanja. Slušajte muziku jer meni dosta pomaže.

Što se više budemo pridržavali pravila i zabrana to ćemo pre ostvariti želje koje imamo nakon ovoga.

ovo nije ni prvi ni poslednji put u zivotu da se susrecete sa ovako necim. zdravi ste. glavu gore

Zdravlje je najbitnije. Ako, zdravlje nemamo, nemamo nista.

Cuvajte se

Uvek negde jurimo, sada imamo vremena za sve što nismo, podignimo higijenu na najviši nivo, poštujemo pravila samoizolacije. Bitno je da shvatimo situaciju ozbiljno, jer ako se mi sami ne čuvamo niko nas drugi neće sačuvati.

Dok zivis budi ziv.

Uvek treba biti pozitivan i pomagati drugima.

Ljubav, vera i nada će sve pobediti.

/

Proci ce sve, ali dusa, obraz i ono sto je dobro ostaje zauvek.

Sve ce biti kako treba!

Istinski voli, budi dobar covek i samo nebo bice ti blagoslov tvoje ljudskosti.

Pobedićemo! Prošli smo i gore....

Slusajte muziku sto vise, budite pozitivni i uzivajte u danasnjem danu.

Kakve su ti misli takav ti je zivot.

Male stvari su u životu najbitnije.

Sve prođe , pa tako će i ovo . Više ćemo ceniti slobodu i izaći ćemo jači odavde.

Suočite se sa sobom i svojim strahovima, radite na sebi, jer tu uvek ima posla.

Naš život je u našim rukama. Preveliki stres nas ubija lagano. Imunitet slabi. Ne plašimo se da ćemo umreti od virusa. Nesvesno radimo na strahu i panici umesto da stvaramo mir sreću i uputimo osmeh kud god da krenemo. Budimo pozitivni i ne plašimo se života šta god nam donosio uvek idemo dalje napred, svi smo tu sa razlogom!

Drzimo se zajedno

I ako smo udaljeni, opet smo blizu.

Biti pozitivan☺

Sve prodje♥☐

Budite strpljivi:) Uskoro će sve doći na svoje mesto

☺

Uzivajte u sami sa sobom, odmorite se, radite stvari za koje uvek se izvlacite da nemate vremena.

Samo nežno prema sebi!

Tajna napretka krije se u tome da počnete

Ukradite svaki trenutak za uživanje, jel ne znate šta vas sutra čeka a juče je prošlo

Sve ce se ovo završiti,samo da smo svi zdravi.

Posle svake kise, sine sunce ☺

Život je lep. Postavlja nam razne ciljeve, iskušenja. I uvek onoliko koliko možemo izdržati. Sve se dešava sa razlogom.

Ove dane je potrebno iskoristiti vrlo korisno, pa tako ja koristim tu priliku radeći na sebi, kako fizički, tako i psihički..sa ukućanima mnogo više razgovaram, jer ova situacija je dovela do toga da se zblizimo i posvetimo pažnju jedni drugima, nego što je to bilo ranije. Uživajte i vi, pronađite neki koristan način kako bi ugodili sebi i vašim ukućanima za vreme ovog stanja, svaki trenutak je bitan, ne dozvolite da bude izgubljen u ovom trenutno beskonačnom vremenu koje imamo, radite ono što volite i ostanite kod kuće, zaštitite sebe i svoje bližnje!

Cuvajuci sebe, cuvate svoje najblize.

Jednostavno ne uzimati uvek sve zdravo za gotovo

Proći će ovo nam je samo jedna opomena da svi usporio malo

Ne znam

Čini mi se da u ovakvim situacijama pokažemo da možemo biti: jedan talentovan, energičan, vredan, pametan, saradljiv i nasmejan narod (što izostane u svakodnevnim koještarijama).

Prolazili smo kroz mnogo gore stvari, sve ce proci,pa i ova situacija.

Svako bi u sebi trebao da pronađe razlog zbog kojeg živi. Zbog kojeg treba slušati preporuke lekara, čak i ako ih ne smatra najpotrebnijim.

Ukoliko ne pronađe razlog, trebalo bi shvatiti da ga drugi ljudi imaju i da zbog njih ne sme da bude osoba koja bi mogla širiti zarazu. Previše bi bilo sebično.

Pa ne bih dodala ništa specijalno, sve što je rečeno, rečeno je za dobrobit svih nas. I to treba da poštujemo zbog sebe i drugih ljudi.

Bolje sprečiti nego lečiti'

Ponasaj se kao zrela osoba i ostani kod kuce.

I ovo ce da prodje,i sve ce biti u redu!

Posle svake kise dolazi sunce.

Cuvajte se

Ostanite kod kuce, pomozite sebi i svojim najblizima.

Moja je "sve što počne, mora i da se završi" pa tako i ovo sa virusom.

Ostani kod kuće i zaštititi i sebe i druge.

Sve ce proci i biti bolje.

Samo opuštено, optimistično.

Budite jaki i težite najboljem

Idemo dalje!

Vreme koje cu provesti s mojom najboljom prijateljicom nakon svega je za mene dovoljna motivacija.

Posle kise ,dodje sunce

Posle kiše dođe duga.

Život je jedan. Budite odgovorni prema sebi i drugima.

Ljudi volite se, širite dobrotu i ljubav. Molite se Bogu, sve će ovo proći.

#ostanikodkuće

Učinite neko dobro delo i vama će biti bolje

Ceo svet je pred nama. Iskoristimo to, budimo svetski ljudi. Ostanimo kod kuće!

Posle kiše,pojavi se duga.

Samo želim da ljudi više poštuju sebe ako neće vladu i da se zbog sebe i drugih izoluju

Budite pozitivni u svom okruženju.

Budite pribrani, smireni, uradite nesto novo za sebe. Iskoristite vreme!

Iskoristite ovu retku mogucnost da otkrijete ili saznate ono sto ne mozete u redovnim situacijama.

Hajde da budemo zahvalni i da više cenimo svoj život, svoju porodicu, prijatelje. Najvažnije je da smo zdravi, sve ostalo je nebitno. Nemojmo se opterećivati problemima jer za sve postoji rešenje. Budi srećan/a i potrudi se da usrećiš drugog.

Koliko volite i brinete o sebi, tako volite i brinite o drugima i vama dragim osobama. Iskoristite vreme na razmišljanje o pozitivnim stvarima i planirajte zajedno sa porodicom i prijateljima. Zblizavajte se i poboljšajte svoje odnose i obnovite izgubljene kontakte. Sada nedostatak vremena nije i ne sme da

bude izgovor. Iskoristite ga kvalitetno, postoji mnogo načina, zato poradite na sebi.
Nemam
Ne
Slusajmo savete strucnjaka i izvucemo se iz ove situacije kao i svake druge!
Sve prođe, pa i ovo.
Budite ljudi, ne budite sebični, vek je kratak.
"Misli dobro i dobro će biti" - Ivo Andrić
Pobedićemo mi ovo!
Treba razmisliti sta su nam prioriteti
Ostani kod kuće, zbog zaposlenih koji ne mogu da ostanu kod kuće, hrabrih ljudi (vojska, radnici u prodavnicama, medicinski radnici, vatrogasci, policajci...)
Strpljen, spasen
.
Sve je ovo oko virusa čista politika
Izdržati
Brinite o sebi, tako ćete i sačuvati i druge oko sebe.
Da budemo smireni, bez panike i povećamo ličnu higijenu
Čuvajte svoje porodice, prijatelje, komšije i društvenu zajednicu.
pronadjite svoj mir radeci stvari koje vas ispunjavaju
Uživajte u kuvanju,muzici,dobroj knjizi.Zagrlite svoju decu, partnera,druga,prijatelja .Volite i bićete voljeni.
Dozvoljeno vam je da budete heroji i u pidžamama, zato sedite kod kuće i zastite sebe i druge
Bitno je sačuvati svoje i zdravlje drugih od stalnog okupljanja dok traje ova situacija
Uvek daj maksimum od sebe sta god da radis
Sve će ovo da prođe
Da ostanemo kod kucama,i uzivamo sa svojim najmilijima
Čuvajte sebe, svoju porodicu, prijatelje i sve ljude koje volite.
Cuvajte druge kao sto cuvate i sebe
Ostani kod kuće i zaštititi sebe i druge.
Priroda ide napred, moramo i mi u skladu sa situacijom.
Sve će biti u redu.
Posle kise uvek dodje sunce!
Nemam neke poruke, verujem u Boga i verujem da On jedini zna zašto je ovo tako udesio. Svako neka se okrene Bogu i neka bude čistog srca i obraza i onda nema bojazni ni od čega.
Sve je dobro i bice jos bolje!
Nemam svoju ličnu motivacionu poruku.
Strpite se jos malo.
.
Ostanite kod kuće, da bismo mogli napolje.
/
Putin
Nedaj te se!
Sve će biti u redu.
Proći će i ovo.
Uživaj u životu svaki dan
Izazov! Koliko možemo da neke momente u životu stavimo na prvo mesto, a ono što je manje važno na drugo mesto?!
Cuvajte se
U svemu pronadji nesto dobro, sve se desava s razlog
Разумевање и унутрашња снага и мотивација.
Potrebno je da svi, od najmlađih, do najstarijih građana, ozbiljno shvate situaciju, da se pridržavaju

osnovnih mera koje preporučuju doktori i da ostanu u svojim kućama, jer ćemo samo tako, zajedno, pobediti ovu situaciju, i što pre ponovo moći da se družimo i uživamo.
Svaki problem ima svoj pocetak i kraj.I ovo ce proci.
Budite srećni
Budite kod kuće i spasite živote
Da budemo jedni uz druge uvek.
Издржали смо и горе!
Kakve su ti misli takav ti je zivot
Ovo vreme se moze posmatrati kao poklon, vreme bezvremeno, u kom mozemo da promenimo sebe i svoje navike.
Samo napred, zajedno samo jači.
Izdržite još malo dragi ljudi.
Mislite na svoje zdravlje... koje nema cenu
budimo pažljivi, ne izlazimo iu kuca dok ovo ne prođe
nema
Budimo jedni uz druge, podržavajmo se, pomažimo i zajedno ćemo pobediti ovo!
Čuvajte svoje zdravlje, jer ono nam je najbitnije
DA budemo mnogo jaki, hrabri i da stvarno ostanemo svi kod kuće ,da brze prodje.
Moramo ostati pribrani i svesni da će sve ovo jednog dana proći, i da pokušamo da što više naučimo iz ove situacije.
Izdržite do kraja i izvucite dobru poruku iz svega ovoga.
Kakave su ti misli, takav ti je život!
Ostanite kod kuće
Pomozite svim kome je potrebna pomoc.
Čuvajte sebe, druge i svet oko sebe.
" Naučite udisati sreću,ona je uvek u vazduhu,ona je u sitnicama"
Čuvajte se ljudi ,život je samo jedan i jako je vredan.
Da prestanemo da pokazujemo sebučluk, da budemo vise solidarni!
Polako, ali sigurno bližimo se kraju!
Stpljenje nam je sada najdragocenije, budimo strpljivi, zato što će sve ovo kad tad proći. Do tada treba da radimo nešto što volimo i da vreme u kući provodimo na najlepší način, kako bismo situaciju u kojoj smo se našli pamtili i po lepim stvarima.
Iskoristiti vreme izolacije kako bismo "poslušali" sebe
Bice bolje
da neće da pobedi i perite ruke
Da se cuvaju i da nose maske
Uvek treba da ostanemo smireni i da se čuvamo, pa tako nećemo ni imati razloga za brigu.
I ovo ce proci!
Pridrzavajmi se svih mera i ovo ce ubrzo proci.
Ostanite kod kuće
Nase malo nekome znaci mnogo
Idemo dalje, sutra je lepsi dan.
Ne može se sve prstom dotaći
Pridrzavati se mera i brzo ce proci ova situacija.
Nema je
Sačuvajte svoje psihičko zdravlje, te razmišljajte i svojom glavom!
Budite pozitivni i jaki, cuvajte sebe i druge
Život je ono što nam se dešava dok smo zauzeti ispunjavanjem drugih planova, zato ostanite kod kuće i brinite o svojoj porordici.
Da se strimo jos malo, jer najbolje vreme tek dolazi.
Svaka naša misao stvara našu budućnost.Mislite pozitivno.

/
/
Da se čuvamo..
Veoma je vazno ostati smiren i biti svestan da sve prolazi.
-
Vratite se Bogu i prirodi.
I smeha, smeha deci
Nemam je
ono sto zelim sebi zelim i svim drugima
/
Dok god ima mraka, ima i svanuca!
Odlučila sam da budem srećna jer je to dobro za moje zdravlje
Budite silidarni i disciplinivani
Osmeh nas čini boljima!
Kad je najteze budi najjaci. Zivojin Misic
Vodite računa o sebi i drugima.
Slušajte šta vam nadležni govore.

7. Navedite koji su Vam prioriteti u uslovima života tokom vanrednog stanja.
Učenje, rast, kreativno stvaralaštvo, novi recepti.
Prioritet mi je porodica, pa onda da uživam. Uopšte mi ne smeta što ne izlazim iz kuće.
Da sam na bezbednom
Rešavanje predispitnih obaveza.
Da porodica i ja ostanemo zdravi
zdravlje, mir
Usavršavanje
Ostati psihicki stabilan
Higijana, zaštitna oprema, roditelji/ukućani. Trudim se da ja kao najmlađa obavljam sve što je potrebno van kuće kako ne bih izlagala roditelje riziku.
Zdravlje moje dece
Zdravlje
Psiho-fizičko zdravlje
/
Porodica, zddravlje, Posao(online) , fakultet
Zdravlje
Pospesivanje licnog razvoja
Zdrava ishrana, san, ostati normalan....
Uzivanje sa porodicom
Da ostanemo psihicki zdravi.
Moji prioriteti su da moja porodica i ja ostanemo zdravi.
Fizičke aktivnosti i kontakt sa bliskim osobama.
Svakodnevna fizička aktivnost i kontakt s bliskim osobama.
Provesti što više vremena sa decom.
Ostati smiren
Zdravlje i posao.
Deca, porodica
Dete uvek
Opuštanje, sređivanje kuće
Zdravlje, dobro raspoloženje

Zdravlje
Očuvanje mentalnog i fizičkog zdravlja.
Zdravlje, pre svega mentalno
Da obezbedim sve što je potrebno starijim licima koji ne mogu iz kuće
Predispitne obaveze
Da sacuvam svoju porodicu tako sto cu ostati mod kuce
Životi mojih najbližih, uzajamna podrška i razumevanje, zdravlje i opstanak planete.
Fizička aktivnost, psihički rad na sebi koji je preko potreban i bitan, svima nama u ovoj situaciji pogotovo sada
Deca, posao, fakultet
Zdravlje
Porodica
Škola
Očuvanje zdravlja!
Deca
Ljudi koji me okružuju, neobavezne knjige i fizička aktivnost
Prioritet mi je da što bolje odradim svaki zadatak koji profesori šalju, da se čuvam, da čuvam ljude oko sebe i svou porodicu. I da ostanem kod kuće.
Zdrav razum
Fakultet i porodica
Zivot ,porodica
Zivot, razum.
Nista odredjeno
Da u kuci ostane prijatna atmosfera, da niko od nas ne klone duhom
I van vanrednog stanja mi je zdravlje bilo i biće prioritet. Mene i moje porodice.
Da pokusam nekako da ispoštujem rokove za predaju zadataka.
Da je porodica na okupu.
Ostati fizički aktivan, veseo, nasmijan i raspoložen.
Zdravlje i psihička ravnoteža
Porodica....
sacuvati zdravlje, sto manje ostvarivati kontakt sa drugima, uraditi obaveze za skolu i vannastavne aktivnosti, raditi na sebi, sto manje sedeti za racunarom, ali zbog online predavanja to je nemoguece i frustrira me
Maksimalno smo posveceni deci njihovoj rasonodi,ucenju I zabavi da Im ovi Dani budu u sto lepsoj uspomeni
Trenutno su mi glavni prioriteti sređivanje kuće koje se dugo odlagalo zbog obaveza i redovno rešavanje zadataka za fakultet.
Očuvanje zdravlja, obavljanje posla od kuće.
Da odžim zdravu i toplu atmosferu u svom domu.
Snabdevanost
Zdravlje u svim segmentima
1. Pobrinem se za kuću (čišćenje, dezinfekcija); 2. Pripremim hranu za porodicu; 3. Odnese hranu starima (65+) u selu u blizini; 4. Radim online; 5. Učim; 6. Nešto kreativno uradim u kući (sašijem, ofarbam, napravim...); 7. Malo se informišem (15-tak min) o dnevnoj situaciji; 8. Pričam online sa sinom u Nemačkoj, sa prijateljima i rođacima; 9. Pogledam neki film, pozorišnu predstavu ili svirku;
Sigurnost,bezbednost ,zdravlje
Deca
Saćuvati zdravljei pomoći drugima.
Ostati zdrav
Dete, higijena, posao, ostali clanovi porodice
Prioritet mi je da učestvujem u online nastavi, učim za ispit i posvetim vreme sebi.
Ostati priseban, smiren, spreman na sve i odgovoran kako prema sebi tako i prema drugima.

Ocuvanje zdravlja
Odlicni
Porodica
Boravak sa porodicom, odrađivanje važnih zadataka
Porodica
Zdravlje
Fakultet
Ocuвати zdravlje
Da se ne zarazim i da ne donesem zarazu kuci
Da nesto radim i obavljam online zadatke
.
Moja deca mali su i želim da im svaki dan bude ispunjen
SDačuvati se od pritisaka
Da izdrzim i izadjem kao jedan od mnogih koji su prevazišli bez posledica.
Da pomažem kod kuće
Da postanem mama :-)
da ostanemo zdravi
Sačuvati svoju porodicu
Ucenje, ali nemam dovoljnu motivaciju
Predispitne obaveze, kretanje po kući i bavljenje kućnih poslova
Moja porodica
Porodica
Da svi budemo srećni i zdravi
Najviše sam posvaćena obavezama za fakultet.
Da snabdevam neophodnim namirnicama svoje rodjake koji zbog godina ne mogu da izadju
Da se spremim za ispite.
Moj dom je prioritet i da ovo ne ostavi posledice na moje zdravlje, život, na meni bliske ljude i na moj posao.
Škola i da održavam kontakte sa najdražim.
Sacuvati mentalno i fizicko zdravlje,jako svoje tako i cele porodice!
Zdravlje. To mi je jedini prioritet i pre virusa i posle virusa i uvek. Zdravlje meni dragih ljudi i moje. I to je jedino što treba da bude prioritet svih ljudi, jer zdrav čovek može sve.
Da budem raspoložena i lepo provodim vreme sa svojom bebom
Najvažnije mi je da budem zdrava, moja porodica i ja.
"Sleep-eat-repeat" održavanje rutine i orgazacija vremena, kad je dan ispunjen brze prodje
Zdravlje najblizih,
Da ne izlazimo iz kuće, ako ne moramo, da sacuvamo nase zdravlje.
Pomoci ljudima oko sebe
Obavljanje svakodnevnih obaveza
Da sam živ i zdrav.
Čist prostor
Obezbeđena porodica.
Porodica
Da ostanemo mirni, staloženi, najviše posvećeni jedni drugima i da održavamo pozitivnu atmosferu.
Da zastitim porodicu sto je vise moguće
zdravlje
Активности и усмерење личног детета
Posvetiti se porodici i na najbolji način provesti kvalitetno vreme u svom domu.
Da pomognem deci oko škole,kao i da završim svoje obaveze ma fakultetu.
Da završi obaveza za školu
Da treniram i dovedem liniju do savršenstva

Prioritet mi je da položim ispite.
Приоритет ми је сређивање куће, довршавам да би се преселио.
Aktivacija misica..
Da smo zdravi, da se podrazavamo i pomazemo, da ne brinemo i ne kukamo i da smo okupirani dobrim stvarima i mislima.
Zdravlje porodice i pozitivna atmosfera u kući.
Porodica,mir,pozitivizam...
Deca
kafa, film, tv, šetnja kucnih ljubimaca
zbližavanje sa ukućanima
Video igrice, čitanje.
Deca
Pa da onlain završim sve obaveze na fakultetu.
Pre svega, najbitnije mi je da su ljudi oko mene psihički i fizički dobro, tada mi odgovaraju svi uslovi, jer sam svesna da su mnogi lišeni njih zbog aktuelnog virusa.
Sačuvati psihofizičko stanje
Da sačuvam porodicu koliko je moguće
Učenje
Moja porodica.
Zdravlje, mir, porodica, posao online, fakultet.
realizacija predispitnih obaveza
Kupovina za porodicu i kucni treninzi
Moja porodica, da ona bude dobro. Sve ostalo nije važno.
Očuvanje mentalnog zdravlja.
Da moja porodica i ja ostanemo zdravi. da obavljam aktivnosti koje će doprineti razvoju pozitivne energije. Da pomognem poznanicima i komšijama koji u ovoj situaciji ne mogu da se slobodno kreću.
Kreatvno provedeno vreme, aktivnosti za koje inače nisam imao vremena od obaveza
Da se cujem s devojkom
informisanje i rad na sebi
Učenje
Ne treba žuriti na predavanja.
Briga o porodici
Da sacuvam zdravlje porodice
Nema ih
Provoditi vreme sa porodicom
Jačanje imuniteta i higijena.
Srećna deca
Samousavsavanje
Zdravlje
Da završim sav domaći koji su profesori poslali. ISKRENO! Ovo je van svake pameti ako profesori očekuju autorske radove.
Zdravlje porodice
Maksimalno provođenje vremena sa porodicom.
Cistoca, nega i složnost zbog naseg zdravlja.
Da svi iz ovog stanja izađemo zdravi i nepovređeni.
/
/
Škola
Pomoc porodici
Vreme sa porodicom, dodatna edukacija
Ulaganje u osnazivanje zdravlja porodice i sopstveno. I razumevanje medju ukucanima.

Porodica
Mentalno zdravlje
samo zdravlje i strpljenje
Higijena.
Da se cuvamo
Vera u Boga, ljubav, zdravlje
Porodica
Sigurnost porodice!
Prioritet mi je da sto kvalitetnije provedem slobodno vreme. Da sadrzaj aktivnosti bude raznolik i da uradim sve ono za sta sam se zalila da nemam vremena :)
Prioriteti su mi da vodim racuna o licnoj higijeni, kao i o higijeni kuće u kojoj živimo.
Sestre ili ja da idemo do prodavnice, a ne roditelji.

8. Kako Škola može da Vam pomogne da lakše prebrodite ovu kriznu situaciju izazvanu pandemijom Covid-19. Napišite konkretan predlog.
Škola je dobar razlog da ne čitamo i ne pratimo društvene mreže, pa eto pomoći - čitati i učiti iz stručne literature.
Škola ne utiče na moje ponašanje u ovoj situaciji.
Zaokupiranost sa učenjem
Da nam ne nameće puno obaveza.
Svi već pomažu dovoljno
da bolje i preciznije organizuje rad na daljinu i da praktičnije izadje u susret studentima u ovoj situaciji u smislu olaksavanja izrade radova. za neke literaturu ne mozemo da nadjemo na internetu
Skola je pomocu online nastave, kao i zadataka pomogla da nam brze i lakse prolazi vreme.
Skola konkretno ne moze sad nista da mi pomogne
Postovi podrške
Da nas ne bombarduju zadacima
Da imamo online časove
Smatram da škola dovoljno pomaže opcijom online školovanja
/
Razumevanje u slučaju tehničkih problema (kvar lap topa, nemanje interneta), dodatna objašnjenja za neki zadatak
Smanjiti obaveze kojih ima previše i koje su preobimne
Da se lepo organizuju zadaci
Da ukinu online predavanje! Ne snalazimo se! Ako treba poništite godinu, ali ovo ne vodi ničemu!
Ne znam
Zelim da ostane kao i do sad, a kada pocne da se sto vise aktiviramo i ne dopustimo da i jedan dan budemo depresivni.
Da nam škola na svojim društvenim mrežama postavlja još više motivacionih poruka.
Da profesori smanje obim zadataka.
Da profesori smanje obim zadataka.
Škola je učinila dovoljno.
Da profesori budu malo razumniji
Organizovanjem online nastave i smanjenjem zadataka. Dosta studenata je zaposleno u vrtićima, prosveti itd. Zaista je psihički i fizički teško izdržati sve to. Snimanje novih nastavnih jedinica, zatim rad sa svojim detetom (domaći, dodatni zadaci, itd.), praćenje predispitnih obaveza i rokova je zaista tesko. Zaposleni studenti imaju nastavu poslednje dve subote u mesecu i određeni broj zadataka. Sa ovoliko zadataka mi smo prebukirani konstantno. Mislim da bi trebali da podelite redovne i zaposlene studente. Ovaj sistem online nastave je skroz prihvatljiv za redovne studente dok je za zaposlene neizvodljiv.

Da nam smanje obaveze oko seminarskih i ostalih radova?
Sto se škole tiče, sve je korektno...sva čast
Da profesori ne šalju previše literature, svakako ne uradimo toliko ni na predavanju, samo sad postoji evidencija pa preteruju.
?
Ne znam
Davanje zadataka .
Ne bih znala kako
Da ne šalju toliko domaćih zadataka
Razumijevanje
X
Saradnjom, razumevanjem, susretljivošću.
Da i dalje delite sa nama motivacione poruke što se tiče ove situacije♥
/
Mislim da je škola dosta uradila
Škola u ovoj pandemiji može da mi pomogne tako što će malo usporiti sa nalogima, rokovima, mejlovima i zadacima nemoguće je sve postići. I kad se nešto uradi što je prof. zadao uglavnom mejl dobijamo sa mnogo kritika pa moramo iznova da radimo. USPORITE LJUDI MALO PANDEMIJA JE VANDREDNO STANJE LITERATURU NEMAMO. Da sam znala da će tako biti ne bi ovu školu upisala definitivno!!!!
Manje zadataka
Razumevanje u izradi zadataka u okviru nastave na daljinu.
Mozda za neke predmete više materijala, bolje objasnjenje...
Zadacima koje elektronskim putem obavljamo
Možda da ne dobijamo toliko zadataka, jer mi se desi da se pogubim u svim tim mejlovima i zadacima, onda ne znam kad šta treba da uradim, pošaljem. Ali se nekako snađem i iskreno trudim da sve pošaljem u roku, iako imamo mnogo toga.
Primer istraživačkog rada u ovakvim situacijama.
Da profesori smanje obim zadataka za studente, jer koliko god se trudili ne možemo sve stići. Nismo jedini u porodici kojima treba kompjuter pa i ne stizem da obavim sve obaveze i to mi bas smeta i lose utice na mene.
Manje predispitnih obaveza, jer postoje i ljudi koji nisu u izolaciji, i moraju da rade u jos katastrofalnijim uslovima nego inace..
Nema pomoci
Manje obaveza u nastavi na daljinu
Da profesori zadaju manje zadataka. Vec da posalju ispitna pitanja, tako da budemo spremni za ispit kada se sve ovo završi.
Konkretno, manje gradiva za studente.
Manje zadataka definitivno. Previše ih je a neke čas i ne razumem nisu dobro objašnjeni, kao i to da na odgovor ne čekamo po nedelju dve dana nego da pokušaju u toku dana da odgovore jer nekad stvarno može biti hitno i da ima veze sa zadatkom kom se blizi rok za predaju.
Da nam omoguci pristup svim knjigama koje su nam potrebne, jer iz odredjenih predmeta nam traze knjige a ne šalju u pdf formatu.
Tako što će zadati zadatke koje moramo uraditi.
Možda kroz psihološke online radionice
Platite školarinu ? ? ?
tako sto ce profesori da ukinu pisanje seminarskih radova, jer svi znaju da mi to umemo, kroz 3 godine skolovanja smo naucili kako se pise seminarski, a jako je naporno sedeti ispred laptopa po nekoliko sati dnevno kako bismo citali literaturu, osim ako neko ne uzme plagijat pa uradi posao za pola sata ja licno ne mogu da sedim duze od 30 minuta ispred ekrana jer dobijem vrtoglavicu i provodim jako malo vremena s telefonom u rukama, postane mi muka, lose, i pocne glava da me boli, nekad bol traje danima, i znam da je 100% od racunara i telefona, televizor nemam vec 7 godina bas zbog zracenja

tesko je ispratiti i prezentacije, ali to moramo, jer nemamo odakle drugo da ucimo
Da Nam omoguci odlaganje ispita I obaveza oko završavanja master studija,kao I razumevanje u vezi placanja obaveza tj odlaganje
Organizovanjem ispita, kako bismo sve završili na vreme, ali uzevši u obzir trenutnu situaciju i to što nismo imali redovna predavanja, te nekako ih olakšati i prilagoditi onome što smo uspeli da radimo od kuće.
Da smanji obim zadataka koji su nam dodeljeni, pogotovo studentima koji su zaposleni i koji su na poslu i za vreme pandemije.
Da nas oslobodi mnogobrojnih zadataka, jer mi radimo i puno onlajn zadataka za posao. Imam školsku decu, kojima takodje treba pomoć.
Škola bi pomogla nama na trećoj godini, s' obzirom da nam je preostalo 2 meseca i manje slušanja predmeta, da nam dozvoli jednostavno da izađemo na ispit, bez predispitnih poena. Dosta nas ima planove, dosta nas je želelo da diplomira u julu, kako bismo nastavili sa svojim profesionalnim planovima. Sama pomisao da školska godina mora da se produži i da ćemo možda polagati ispite u septembru ili oktobru (što se tiče ispita koji se obavljaju u vrtićima, s' obzirom da su zatvoreni do tad) me stvarno čini tužnom i depresivnom.
Malo manje obaveza da imamo od strane škole
Samo pomeranje roka, temu sam prijavila, pripremila instrumente, ali nisam uspela da ih distribuiram ispitanicima, tako da ne mogu da sprovedem istraživanje, samo se bavim proučavanjem literature.
Uskladiti obaveze studenata sa novonastalom situacijom.
Da skрати gradivo i umanji obim
Smanjiti obim određenih zadataka.
Više podrške, razumevanja.
Da nas oslobodi pred master obaveza, da idemo pravo na odbranu završnog rada (kao i specijalizirani) ili da ne placamo naknadu za odbranu posle oktobarskog roka.
Tako što će nam pružiti informacije.
Pomaže sasvim dovoljno, koliko je u mogućnosti.
Sa manje obaveza kod pojedinih profesora
Manje domaćeg
Odlaganjem ispitnih obaveza
.
O školi sve najlepše kao i uvek. Sa preciznim informacijama kao i do sada
Zaista nemam ideju
Da ne dobijamo toliko materijala za rad, jer smo prenatrpani.
Sto pre da se vrati.o u stanje van stanja sa virusom i nastavimo skolovanje
Razumevanjem profesora da su pojedini studenti radno angazovani i za vreme pandemije, kao i da nam nedostaje adekvatna literatura
Da sto pre krene sa radom
.
Da mi izađe u susret u slučaju da ne sakupim dovoljno predispitnih bodova
Nadam se da će što pre profunkcionisati redovna nastava uživo, jer ovo on lajn je samo kompenzacija
Pomaže, tako što imam obaveze.
Nikako
Samo budite otvoreni za sve predloge i sugestije studenata.
Sticanje predispitnih poena
Ne znam
Da bar budemo informisani o onome sto sledi ili kada se vracamo ovako se nista ne zna i ne možemo da se organizujemo možda kada bismo znali kada cemo se vratiti na nastavu bilo bi nam lakse da sredjujemo predispitne obaveze
Manje predispitnih obaveza
Smanji obaveze u skoli koje imamo,posle vanrednog stanja uvede jos ispitnih rokova
Ne može

Da nam daje predloge za aktivnost
Mislim da su škola i profesori učinili sve da bi lakše funkcionisali u teku vanrednog stanja.
Tako sto ce nas redovno obavestavati o nastavnim predmetima
Da kao i na početku pandemije Covid-19 objavljuju nastavne materijale i sadržaje.
Mozda nekim online obukama na temu psihologije.
Da i dalje objavljuje motivacione poruke.
Tako sto ce smanjiti naloge i zadatke,ima nas mnigo koji radimo i u ovoj situaciji!
Pa pošto sam ja zaposleni student, mislim da je za nas zaposlene mnogo obaveza dato. Dok je bilo redovno stanje imali smo samo subotama predavanja i bilo je vremena da sve lepo složimo i uradimo. Sada je previše gradiva, malo vremena da se uradi i malo bodova za sve to. Smatram da, pošto je vanredna situacija da se treba imati razumevanja, pogotovo za nas zaposlene i koji imamo porodicu i decu. Jesu profesori na raspolaganju, ali meni lično je ružno da za svaku sitnicu pitam i tražim objašnjenje, jer i ti profesori imaju svoje obaveze mimo škole i onda mislim da je sve ovo jednostavno previše. Škola da nam malo popusti u smislu gradiva, jer je zaista mnogo, a pritom tu su i obaveze mimo škole. Meni lično teško pada sve to, jer imam dete koje se školuje, imam svoj posao koji radim i teško je sve to uskladiti.
Nemam predlog
Škola je već pomogla time što je uvela obaveze za studente.
Samo malcice bolja uputstva iz nekih predmeta za predispitne obaveze.
Da profesori ne salju toliko zadataka, jer non stop provodimo vreme za racunarom.
Da nam udjete u susret, za master rad, ispite i za sve ono od obaveza sto imamo, ako ne mozemo na vreme sve da resimo. Hvala.
/
Da daje jedan po jedan zadatak, ili da se ogranice rokovi za jedan po jedan zadatak, ovako je nagomilano pa ne znam sta bih prvo i nekako onda nemam volje ni koncentracije
Da nam daje savete, šta da radimo.
Da nam olakša samo prikupljanje predispitnih poena.
Da ostane sve kako jeste.
Dosta je uradila
Može, radom i učenjem se isključim iz svakodnevnice.
Manje obaveza
organizovanje on-line nastave
Да пружи потребне информације око решења проблема - испита, уплата, завршног рада, истраживања
Ukidanje seminarskih radova, teško je usled svega skoncentrisati se na pisanje i dugo sedeti za lap topom. Takođe, svakako ne možemo da dođemo do potrebne literature, zato što biblioteke ne rade.
Pa malo manje domacih zadazaka od pojedinih profesora.Zaista je tesko sve ispuniti,pored dvoje skolske dece i jednog kompijutera.
Da skrenem sa misli
Da nam svima da prolazne ocene
Da pomeri ispitni rok.
Нема потребе
...
Meni je ucenje i skola spas. Svakog dana odradim neki zadatak i osecam se dobro upravo zbog toga sto imam obaveze.
Škola to već čini veoma uspešno dajući redovna obaveštenja o nastavnim predmetima, predavanjima i potrebnim zadacima za predispitne poene.
Škola nam je već puno pomogla.Hvala!
Da nam izadje u susret koliko moze
da određeni profesori, brže odgovaraju na mail, da nečekamo pomesec dana.
nemam predlog
Nešto poput ovakvih anketa, jer je zaista lepa ideja biti u kontaktu sa školom, a da nema veze samo sa

predispitnim obavezama.
Pomaze, jer smo stalno angazovani i radimo zadatke, tako da manje mislimo o ovoj situaciji
Da nam olaksaju nastavu.
Škola nam svakodnevno pomaže da što lakše prebrodimo ovu situaciju, ali možda bi postavljanje nekih pozitivnih poruka na sajtu škole takođe doprinelo da se svaki put kad ih ugledamo i pročitamo osetimo mnogo pozitivnije.
Dostupnost online informacija
Trenutno nemam predlog
Motivacionim porukama
Da profesori imaju više razumevanja, neki studenti rade i imaju porodicu.
Nemam odgovor.
smatram da škola dovoljno pomaže, imamo toliko obaveza, da nam je čitav dan ispunjen kvalitetno
Iskreno ne bih znao odgovoriti na ovo pitanje
Pojedini profesori da pokazuju više razumevanja, prvi put se susrecemo sa nečim ovakvim i stvarno nije okej da u ovakvim situacijama nemam razumevanja jedni za druge.
Dovoljno je to što se radilo do sad.
Da se smanji realizacija seminarskih radova, iz razloga što je jedini izvor literature elektronski, što otežava pisanje samog seminarskog rada. Nismo u mogućnosti da nabavimo štampane izvore, smanjen nam je izbor literature, a pritom nam je potrebno više vremena da provodimo za računarima.
Omogućavanjem on-line ispunjavanja ispitnih obaveza
Nemam predlog
manje zadataka
Da manje ima zadataka koji treba da uradimo
Da smanji obaveze studentima.
/
Da sa profesorima dogovori da malo razumnije sastavljaju i zadaju zadatke.
Pa nemam predlog
Vise edukacija po pitanju nivo nastalog virusa
Zadatke vec imamo, radimo. Kada sve ovo prodje...razumevanjem za polaganje ispita.
Motivacione poruke na sajtu
Olaksavajuće okolnosti za pisanje master rada zbog nemogućnosti istraživanja u predškolskim ustanovama.
Angela mi pomaže oko master rada ☑
Smanjenje obaveza definitivno.
Dobra saradnja
Nemam. Dovoljno je što je dostupna za svakog studenta.
Da ima razumevanja za naše obaveze i izlazi nam u susret koliko može.
Da nam priušti male povlastice prilikom polaganja ispita
/
Kada je u pitanju prva godina, postoje dve grupe na društvenim mrežama gde studenti šalju uputstva koja im profesori pošalju. Problem je u tome što u drugoj grupi, gde se uglavnom šalju svi podaci i materijali za izradu zadataka, nisu svi studenti.
Nikako
Zadovoljna sam
Da se ukine online nastava
Dodatnim produžavanjem roka za zavrsetak studija, odnosno, izrade master rada.
Produži rokove, pomogne oko literature, smanji obim obaveza
Nemam konkretan predlog
dati nam domaće zadatke
/
Nemam predloga

Manje obaveza iz određenih predmeta jer je veoma naporno i stresno rešavati zadatke u roku.
Nisam koncentrisana
Izbaciti istraživački deo master rada, jer se uopšte ne zna ni kada, ni na koji način će se moći realizovati istraživanje, ako uopšte bude moguće!
Da nas redovno informise o rasporedima i daljem nacinu rada, polaganja ispita i sl. I da i dalje postavlja poruke i lepe postove na drustvenim mrezama.
Mnogi profesori daju teške i kompleksne zadatke koji iziskuju dosta vremena, a nose malo predispitnih poena. Takođe i rokovi koji postoje nisu prikladni.
Dovoljno pomažu načinom na koji nadoknađujemo nastavu, mislim da niko neće biti oštećen.

9. Napišite konkretne preporuke za poboljšanje rada Škole u vanrednoj situaciji i kada je onlajn nastava u pitanju.

Za sada sam zadovoljna radom profesora, verujem da imaju mnogo studenata i obaveza oko svakog od nas.
Lično pohvaljujem profesoricu dr Mirsadu Džaferović za predan rad i obrazloženje svakog pojedinog zadatka. Svaka čast, zaista, ima vremena da pročita i obrazloži sve, pritom se trudi da svakog ponaosob nauči i ispravi. Svaki bod je naveden jasno, sve je objašnjeno.
Bilo bi lepo da se ostatak profesora konsultuje sa profesoricom Mirsadam, te da preuzme neke stavove i da se malo više uključi u obrazloženje zadataka, seminarskih radova i ostalog.
Moja preporuka je da se smanji obim materijala koji nastavnici šalju, jer je ipak psihičko zdravlje bitnije od studiranja.
Puno zadataka odjednom i malo je naporno sve to postići
Kada treba da realizujemo neke predispitne obaveze samo da bude malo jasnije šta tačno treba da uradimo.
Manje opširnih priprema, rade se toliko da nemamo volje više za njih toliko da postaju zbunjujuće, više kreativnih zadataka.
preciznija i jasnija obavestenja za npr. master studente. dogovaramo se u viber grupi gde su mnogi komentari zbunjujuci. da se na sajtu za svaki predmet stavi obavestjenje i da se putem seminarski radova u smanjenom broju omoguci studentima da sakupe poene.
Nemam zamerke, sem sto pojedini profesori preteruju sa predispitnim, ne ostavljaju nam vremena i za druge predmete.
Skola na profesionalan nacin obavlja onlajn nastavu.Profesori u kratkom roku,na ljubazan nacin i uz podrsku odgovaraju na mailove.
Više informacija, konkretne literature što se tiče određenih zadataka i seminarskih radova
Vise kreativnih zadataka,a manje teorije
Nemam nikakvu preporuku.
Nastavite kao i do sada
/
Razumevanje
Nemam predlog
Da bude i audio zapisa
Rekoh... Ukinuti online nastavu! Kad sve ovo prođe, organizovati predavanja...mnogo je lakše kada profesor objasni, organizovanje radionica i ostalo.
Ne sviđa mi se ovo ni malo!
Odgovorno tvrdim da će se većina ispisati ukoliko neko bude pravio problem oko prediis. bodova i ocena na ispitima.
Misim na profesore....
Dosta njih je nerazumno i šalju nenormalan broj zadataka.
Ja kao redovan student, zaposlen sam tokom Van. SIT
i nemoguće je sve postići što zahtevaju... Pogotovo što im je rok za predaju zadatka "danas za sutra"...

Ne mislim bukvalno.
Hvala.
Sve je super, nemam zamerke
Meni licno online nastava uopste ne odgovara jer ne radi svaki profesor na isti nacin i mi sate provodimo za laptopom ili kompjuterom. Ali sada u ovoj situaciji drugog izbora nemamo, tako da, sve ce to proci. <3
Da nam profesori jednom nedeljno šalju zadatke kako bi što lakše i u kontinuitetu skupili predispitne poene.
Manji obim zadataka da bi studenti mogli da se uklope.
Manji obim zadataka, malo manja očekivanja profesora i bolja organizacija rada pojedinih profesora.
Mislim da je sve dobro organizovano
Da nas Profesori vise razumeju i postuju
Zaposleni studenti imaju nastavu poslednje dve subote u mesecu i određeni broj zadataka. Sa ovoliko zadataka mi smo prebukirani konstantno. Mislim da bi trebali da podelite redovne i zaposlene studente. Ovaj sistem online nastave je skroz prihvatljiv za redovne studente dok je za zaposlene neizvodljiv. Takođe, postoji mnogo aplikacija preko kojih se mogu polagati ispiti (ako potraje vanredno stanje).
Nemam konkretan odgovor, mislim da ste u redu
Smatram da ste dovoljno obuceni i dodatne preporuke vam nisu potrebne
L
/
Nemam ih.
Više zadataka za prikupljanje više predispitnih poena, ali jednostavnijih i kraćih
Mislim da neki predmeti puno obaveza traže od nas...
Sve je u redu
X
Nemam predlog
Za sada ne bih ništa menjala osim da nemamo toliko strogo ograničen datum do kada možemo odraditi neki zadatak koji nam je zadat.
nemam preporuke
Da dobijamo manje domaćih zadataka
Poruke: USPORITE malo Zahtevni profesori Preobimni zadaci Uputstva za neke zadatke nejasani Pitam se da li sam upisala za programera ili vaspitača a pri tom učimo po starom programu a u vrtićima se radi po novim osnovama
Sve je dobro
Već napomenula, izrada zadataka (teško doći do literature), fali razumevanja.
Nemam odg
Sve je u redu
Mislim da ne bi trebalo da nam šalju toliko zadataka, iako smo kod kuće, ne sedimo po ceo dan za kompjuterom. Pomažemo roditeljima u kućnim poslovima, i mislim da bi trebao samo broj zadataka da se smanji.
Primeri istaživačkog rada u vanrednoj situaciji
Onlajn kolokvijumi i manje zadataka.
Manje dodatnih zadataka i spustanje kriterijuma koji su kod nekih previsoki svima.
Pre svega sto se tice onlajn nastave da bude malo uredniji sajt, jer je ono stvarno kaos i ne mogu da se

snadjem kao i za predispitne poene da se nesto tu olaksa.
Manje zadataka, vise razumevanja
Veci fokus na sam ispit I spremnje istog, manje zadataka, seminarski radova I projekat a iz pojedinih predmeta.
Konkretno, da se smanji obim zadataka koji se od studenata zahtevaju. Vanredna je situacija, i studenti rade, ali je to previše za ovakvu situaciju.
Manja zadataka. Vise objašnjenja. Da se zadaci postavljaju na sajtu škole u jednom fajlu (kao npr engleski ima fajl gde su svi zadaci. Npr zadaci za mart, zadaci za april) mnogo je lakše i preglednije i možemo lako da vidimo šta i za kad imamo. Ovako motamo mejlove i pišemo na papiru što može nešto da nam promakne. Smatram sa je na sajtu kao što je profesorica engleskog uradila mnogo bolje.
Da se dostavlja sav potreban materijal i knjige u pdf formatu! Konkretno iz predškolske pedagogije.
Nemam preporuka
Online psiholosko savetovaliste, online biblioteka
Nemam komentar.
smanjiti pisanje seminarskih radova, clanaka... pogotovo trecjoj godini koja ima i diplomski da pise(nisam pocela jer ne mogu da sedim za racunarom, to me najvise ubija u ovom karantinu, pogotovo onima koji su u stanu i ne mogu da izadju u dvoriste) lakse je dobiti zadatak da nesto propunimo i ukratko damo svoje misljenje, stav nego da pisemo seminarski jer oduzima mnogo vremena, literature na internetu ima dovoljno ali je jako zamorno citati sve s racunara
Postaviti na sajt škole literaturu Koja je dostupna I online,Ukoliko je moguće
Pomoglo bi malo više razumevanja od strane nekih profesora, možda čak i online kolokvijumi pomoću kojih bismo skupili još predispitnih poena, olakšani i prilagođeni ispiti, kako bismo završili godinu na vreme... Ali smatram da se škola dobro i brzo snašla u ovoj situaciji i da je ovaj način rada potpuno funkcionalan.
Da imaju više razumevanja za studente i da smanje obim gradiva.
Mislim da bi nas zaposlene studente trebali osloboditi prakse. Kriterijumi bi trebali biti blaži za razliku od redovnih studenata. Sama situacija nalaže da nam svakako nije lako u vreme karantina. Dosta smo zabrinuti i prvi put se srećemo sa ovakvom situacijom. Studentima treće godine, ostala su dva izborna predmeta, gde mislim da nisu potrebni tako obimni zadaci. Svakome je ostala po jedna aktivnost u vrtiću, ali realno mi smo dosta metodika već polagali sa decom i ostvarili dobre rezultate.
nemam nikakvu zamerku
Nemam preporuka
Mislim da već adekvatno postupa
Možda live predavanja
Smanjenje obima gradiva jer smo prenatrpani,a i izjednačeni sa redovnim studentima jer mi i dalje radimo,a deca nam prate školu svoju
Mislim da škola dobro funkcioniše u ovoj situaciji.
Dogovor između profesora. Previše zadataka, prekatak rok. SVI PREDMETI SU PODJEDNAKO BITNI!
Omogućiti da anketiranje ne vezujemo za ustanovu sa kojom škola ima sklopljen ugovor već da nam upitnike mogu popunoti kolege sa fakulteta ukoliko su zaposleni u vrticu.
Nemam preporuke.
Pristup električnoj biblioteci, odnosno da postoji mogućnost da napišemo naziv knjige koja nam je potrebna i navedenu literaturu dobijemo u električnoj formi ili skenirano.
Mozda vise ovakvih tipa upitnika
Biće bolje
VSSS sve obavlja kako treba
Škola pruža dovoljno informacija i pomoći za obavljanje zadataka.
Nastaviti kao i do sada
Nemam konkretnih preporuka
Da umereno dobijamo materijal koji treba da odradimo, jer smo prenatrpani zadacima.
Nema ih

Nadam se da cemo zajed o prebroditi ovu situa iju
Ok je
.
Manji kriterijumi kod pojedinih profesora.
Smatram da on lajl nastava u potpunosti funkcuioniše, i da je u datim uslovima najbolje rešenje, mada ne smatram da taj vid nastave može dovoljno dobro da zameni nastavu uživo
Onlajn nastava je dobra, nek ostane tako.
Okej je onlajn nastava
Možda neka opcija chata sa profesorima, radi brzih odgovora. Mada i ovako sve lepo funkcioniše.
nemam zamerke
Zadovoljna sam kako škola radi u vanrednoj situaciji i kada je onlajn nastava u pitanju
Organizacija je dobra sve je sto se gradiva tice na vreme poslato, nemam zamerke
Sve je odlično
Bolje od ovog u ovoj situaciji ne moze
Sve je u redu.
Sve je dobro odradjeno
Mislím da pojedini profesori treba da stave na sajt škole zadatke za studente, kako bi bili sigurni da su svi studenti informisani, jer ovako može doći do propusta.
Da bude sto vise onlajn nastave ako je to moguće
Samo tako nastavite...
Online seminari iz oblasti psihologije.
Blagovremeno okačiti i ispitna pitanja uz prezentacija
Samo vise razumevanja usmislu rokova za izradu zadataka
Više dostupnog materijala za završavanje zadataka. Razumevanje profesora za nemogućnost urađenih zadataka. Uvođenje ispitnog roka u toku vanredne situacije, jer mi je nejasno kako će ovo funkcionisati kada se bude uvelo redovno stanje. Sve će se pomeriti za par meseci, a ovako bi moglo da se nešto bar položi.
Nemam preporuku
Smatram da su se profesori dobro snašli.
Negde treba jasnije definisati predispitne obaveze, objasniti zadatke. Sve ostalo okej.
Kako bi se online rad poboljšao, prvenstveno profesori treba da se dogovore prvo, jer svakom je svoj predmet najvažniji, i svi samo salju i salju. A mi samo sedimo ispred racunara. Lakse nam je bilo dok smo dolazili redovno da slusamo predavanja.
Za nas koji smo na master studijama, mislim da nema onlajn nastave, pa zbog toga nemam komentar.
/
Nisam videla online nastavu
Mislím da škola radi najbolje što može.
/
Sve je u redu,neka tako ostane.
Nemam preporuke,sve je ok
Apsolutno su svi profesori otvoreni za saradnju, a takodje su potpuno otvoreni kada je upitanju vanredna situacija. Aplauz za sve profesore.
.
-
На нека питања моји одговори су били НЕ, јер сам на другој години мастера, и нисам упозната са тим да имамо он лине наставу.
Da se ne određuju rokovi za seminarske radove jer nismo u mogućnosti da dođemo do literature. Takođe, mnogi studenti treće godine su pre vanrednog stanja prijavili teme za diplomski, a sada ne mogu da uzmu literaturu i pišu svoje radove, pa bi bilo lepo, jer se ne zna koliko će sve ovo trajati, da se ne gleda na vreme trajanja prijave diplomskog (9 meseci), jer kada prođe vanredno stanje, nekim studentima će možda ostati malo od tog vremena da napišu ceo rad i urade sve što je potrebno.
Dati krajnji rok za zadatke ,mogucnost da student prema slobodnom vremenu realizuje.Svaka cast

pojedini profesorima koji su nam dali na raspolaganju dovoljno vremena da se organizujemo. To smo kući ne znači da imamo puno slobodnog vremena, naprotiv dan nam je prepun obaveza oko porodice, posla, škole...
Želela bi da pojedini profesori postavljaju ispitna pitanja iz predmeta, a ne da izvlačim sama
Pa trebalo bi da budete blazi kad budemo polagali ispite jer je ova situacija za sve teska
Smanji broj zadataka, zato što pod ovim okolnostima ne mogu da pronadjem odgovarajuću literaturu... ili pak to uzme u obzir.
Свака част, само напред!
Manje zahteva radova u vidu prezentacija... mnoge fotografije su mi u vrticu a ne želim koristiti one sa neta..
Literatura da se omogući u elektronskoj formi, elektronska biblioteka.
Nemam preporuku jer smatram da je do sada Škola bila veoma agilna po pitanju svih informacija.
Za sada sam zadovoljna, profesori su nam dostupni i trude se da nam olakšaju. Tako da konkretnih preporuka nemam.
Nista posebno
Profesori da se više javljaju studentima
ne mogu se onlajn nastave zameniti sa nastavama u školskim klupama kao i interakciju sa profesorima, tako da nema konkretne preporuke za poboljšanje rada
Smatram da se Škola dovoljno trudi da nam prilagodi i približi sve sadržaje. Ne postoji ništa što bih konkretno menjala. Ali profesori bi trebalo nekad malo jasnije da objasne ono što očekuju od nas i što više da se trude da nam izađu u susret.
Mislim da nam je škola dovoljno olaksala
Za sada je sve u najboljem redu.
Smatram da škola zaista odgovorno i profesionalno obavlja svoj posao i zadatke u vreme ove krizne situacije, ne mogu reći da imam neku zamerku, i zbog toga nemam neki konkretni predlog za poboljšanje rada škole, ali bi svakako bilo dobro za studente da profesori nastave da imaju dovoljno razumevanja što se tiče zadatka i obaveza koje obavljamo.
Nemam konkretnu preporuku jer sam zadovoljna ovom onlajn nastavom.
Za ovo su kompetentniji studenti koji prate online nastavu
Što bolje objašnjavanje datih zadataka
Razumevanje, tolerancija
Nemam preporuke
Zadovoljna sam dosadašnjoj online nastavi, te iz tog razloga nemam preporuku
Sve funkcioniše kako treba nemam preporuku
Kao što sam već napomenula. Profesori bi trebali da imaju više razumevanja, prvi put radimo nešto ovako. Stanje u kojem se ceo svet trenutno nalazi je katastrofalno, ako ne budemo solidarni i ako ne budemo razumeli jedni druge možemo samo kao narod da propadnemo. Zato apelujem i molim za više razumevanja.
Samo tako nastavite.
Kao što sam već navela, smanjena realizacija seminarskih radova, koja zahteva upotrebu isključivo elektronskih izvora literature. Takođe zahteva i dug boravak za računom.
smatram da je dobro organizovana on line nastava i da je komunikacija sa profesorima korektna preko e-maila.
Snimljene video vezbe bi pomogle kod određenih praktičnih predmeta
Neke aktivnosti nisu dovoljno i precizno objašnjene i nose malo predispitnih poena.
kada bi imali online kolokvijume lakše bi se skupljali predispitni poeni
Manje zadataka da bi stigli i da mi prikupili poene
Da se smanji broj obaveza i da se daju konkretna uputstva sa jasnim objašnjenjem, jer imamo puno dilema oko realizacije zadatka.
/
Veoma mi se dopada ovaj način rada. Vecina profesora mnogo trazi, daje relativno nejasne zadatke, salju nam i zatrpavaju nas hrpom mejlova, literature i zadataka.. Dopada mi se sto je jedna

profesorica osmislina da zadatke resavamo na nedeljnom nivou i tako nam olaksala i proporcionalno rasporedila zadatke.
Nema ih
Vise edukacija
Sve je dobro osmišljeno.
Ne koristim onlajn nastavu
Sve u je u redu sto se tice informisanosti studenata, malo vise objasnjenja oko realizacije master radova.
Sve je ok ☑
U mesec dana zadat nam je sledeći domaći: - Seminarski rad - 6 kom. - Esej - 10 kom. - Vežbe - 18 kom. - Praktikum - 1 kom. sadrži 10 vežbi i nebrojano pitanja unutar njih.
Pitam ja Vas da li je ovo uredu i kako očekujete da sve završimo na vreme i kvalitetno ako uzmemo u obzir da imamo porodice, decu i školu koju sa njima završavamo? Moja preporuka je, iako je već kasno, da se domaći da reda radi, a na usmenom će se već videti ko je koliko učio i spremao se. Hvala
Samo redovna obavestjenja i online komunikacija
Nemam, hvala što ste uvek tu za studente.
/
Nemam preporuka
U kontaktu sam sa prijateljima koji su upisali u drugim gradovima fakultete i vise skole, vecina njih ima kolokvijume preko mejla, mislim da je to prakticnije da skupe predispitne poene, i grupe na viberu gde su u kontaktu sa profesorima non stop.
U drugim gradovima svaki student je u kontaktu sa profesorom. Profesor svakom studentu posebno šalje na mejl materijal i zadatke koji treba da se urade. Takođe, studenti rade kolokvijume preko mejla. Smatram da je to bolji način rada.
Sve je dobro
Nemam
Vise podataka i vremena
Nemam predlog.
Više informacija na više mesta, detaljnije informacije, pomoć oko literature , online biblioteka
Zadovoljna sam radom škole
nemam preporuke
/
Da prezentacije budu vise interesantnije
Predavanja
Nemam dodatnih preporuka
Kontakti sa mentorima.
Nemam preporuke
Kao što sam spomenula, smatram da je potrebno da se koriguje obim radnih zadataka koje dobijamo tokom ove situacije ili bar da se poveća broj poena koje donose ti zadaci. Na ovaj način dosta vremena provodimo radeći npr jedan zadatak koji donosi jedan poen i na taj način nismo produktivni i ne možemo da skupimo dovoljan broj predispitnih poena.
Da profesori neki jasnije traže zadatak, a ne puno toga napišu i opet nejasno. Seminarski, zadaci, prezentacije. Da budu pitanja i odgovori, urađeni zadaci.

PRILOG 8: CRTEŽI DECE PREDŠKOLSKOG UZRASTA NASTALI U VREME PANDEMIJE

Crteže prikupila i obradila:

Ana Vukobrat, master

Ukupno smo primili 349 crteža.

Od tog broja, za elektronsku onlajn verziju monografije odabrali smo 249 crteža, a za štampanu verziju će biti odabrano 20 crteža.

Polnu strukturu dece, autora odabranih 249 crteža, čini 137 devojčica i 104 dečaka, a kod 8 dece nije naveden pol.

Prema uzrastu, najviše odabranih crteža nacrtala su deca uzrasta od 6 do 7 godina (150 crteža), potom od 3 do 5 godina (92 crteža), a kod 7 dece nije naveden uzrast.

Kada je reč o **temi odabranih crteža**, na temu pandemije je crtalo 220 dece, a na slobodnu temu 29 dece.

Analiza sadržaja na temu pandemije (ukupno 220 crteža): „Ko i/ili šta mi najviše nedostaje“ – 62 crteža; „Moja porodica u vreme pandemije“ – 37 crteža; „Maska kakvu imam ili bih želeo/želela da imam“ – 32 crteža; „Kako zamišljam da koronavirus izgleda“ – 28 crteža i ostalo – 61 crtež.

Analiza sadržaja na temu „Ko i/ili šta mi najviše nedostaje“ (ukupno 62 crteža): „Drugari iz vrtića i igralište“ – 31 crtež; „Roditelj, baka, deka, tetka i brat“ – 7 crteža i kod 24 crteža nije bilo moguće proceniti koga/šta je dete nacrtalo.

NAPOMENA: Crteži koji slede, poređani su po hronološkom redosledu kako su nam stizali, a tamo gde nije naveden pol i/ili uzrast deteta, napisano je N.N.

NA SAJTU ŠKOLE MOŽETE POGLEDATI PREZENTACIJU ODABRANIH DEČJIH RADOVA:

<https://tinyurl.com/ydbvww73>

POGLEDAJTE I VIDEO PREZENTACIJU ODABRANIH DEČJIH RADOVA:

[ВШССОВ - Students](#)

YOUTUBE:

[Video prezentacija odabranih crteža dece predškolskog uzrasta-ВШСС за образовање васпитача у Кикинди](#)

MUZIČKA PODLOGA U VIDEO PREZENTACIJI:

„NOTHING ELSE MATTERS“ (Metallica) – by William Joseph feels the Rain, piano cover instrumental

„PERFECT“ (Ed Sheeran) – by Amadeus Electric Quartet violin cover instrumental

„YOU RAISE ME UP“ (Josh Groban) – by Tritonia Music – Violin Cello Piano – Trio Cover Instrumental,

Sophie Moser (violin) - Ella Rohwer (cello) - Katja Huhn (piano)

„STAIRWAY TO HEAVEN“ (Led Zeppelin) – err. M. Peternel – Veliki simfonični orkester Gimnazije

Kranj

„BOHEMIAN RHAPSODY“ (Queen) – Piano Cover by Costantino Carrara

„NOVEMBER RAIN“ (Guns N' Roses Tribute) – by Amadeus Electric Quartet, violin cover instrumental

OBE PREZENTACIJE PRIPREMILI:

dr Jelena Mićević Karanović

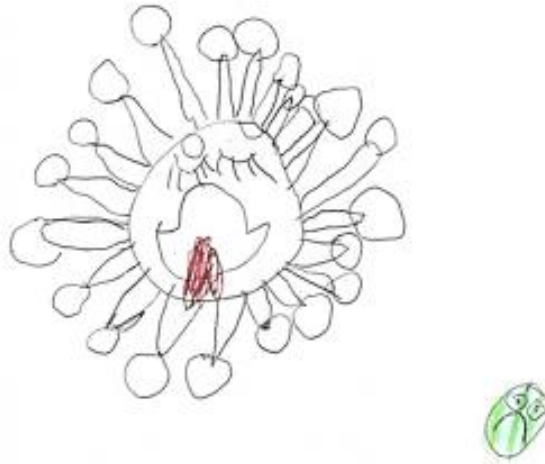
dr Vladimir Varađanin

Ana Vukobrat, master

Tanja Brkljač, master

CRTEŽ NA KORICAMA KNJIGE:

Slika 1: „Korona napada svet“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 2: „Ja sa maskom protiv korone“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



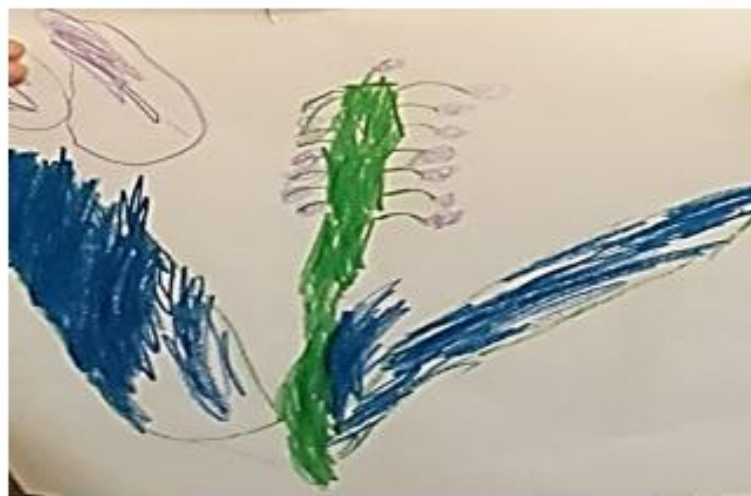
Slika 3: „Moja porodica u vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 3 godine



Slika 4: „Kako izgleda koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 5: „Medicinski radnici u doba epidemije“, april, 2020. godine, devojica, 6 godina



Slika 6: Slobodna tema, april, 2020. godine, dečak, 3 godine



Slika 7: Slobodna tema, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 8: „Moja porodica u vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 9: Slobodna tema „Mama i ja pecamo“, april, 2020. godine, dečak, 4 godine



Slika 10: „Šta mi nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 11: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 12: „Virus ćemo pobediti higijenom“, april, 2020. godine, N.N., 4 godine



Slika 13: Slobodna tema, april, 2020. godine, N.N.



Slika 14: „Virus ćemo pobediti higijenom“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 15: „Šta mi nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



Slika 16: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 17: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 18: „Ko mi nedostaje zbog korona virusa“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 19: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, dječak, 5 godina



Slika 20: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, dječak, 5 godina



Slika 21: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 4 godine



Slika 22: Slobodna tema, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 23: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 24: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 25: Slobodna tema, april, 2020. godine, N.N.



Slika 26: „Ko mi nedostaje zbog korona virusa“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 27: „Ko mi nedostaje zbog korona virusa“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 28: „Ko mi nedostaje zbog korona virusa“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 29: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 30: „Ko mi nedostaje zbog korona virusa“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 31: „Ko mi nedostaje zbog korone“, april, 2020. godine, N.N.



Slika 32: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 33: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 3,5 godina



Slika 34: „Ko mi nedostaje zbog korona virusa“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 35: „Kako pobediti viruse“, april, 2020. godine, dečak, 3,5 godine



Slika 36: „Ko mi nedostaje zbog koronavirusa?“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 37: „Ko i šta mi sve nedostaje zbog pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 38: „Moja porodica za vreme pandemije“, april, 2020. godine, N.N., 6 godina



Slika 39: „Moja porodica za vreme pandemije”, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 40: „Moja porodica pod maskama”, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 41: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 42: „Ko mi nedostaje za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 43: „Ko mi nedostaje zbog koronavirusa?“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 44: „Šta mi nedostaje zbog koronavirusa?“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 45: Slobodna tema „Budi čuvar planete”, april, 2020. godine, dečak, 3,5 godine



Slika 46: „Šta mi najviše nedostaje za vreme pandemije”, april, 2020. godine, dečak, 4 godine



Slika 47: „Moja porodica pod maskama”, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



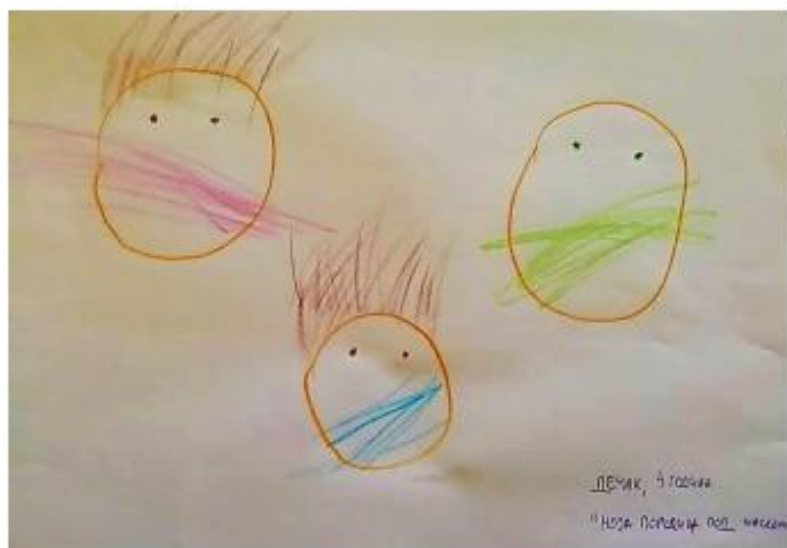
Slika 48: Slobodna tema, april, 2020. godine, devojčica, 4,5 godine



Slika 49: Slobodna tema, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 50: „Kako da ostanemo zdravi“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 51: „Moja porodica pod maskama”, april, 2020. godine, dečak, 4 godine



Slika 52: Slobodna tema, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 53: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 4 godine



Slika 54: „Šta mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 3 godine



Slika 55: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 56: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



Slika 57: Slobodna tema, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 58: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, dečak, 3 godine



Slika 59: Slobodna tema, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 60: Slobodna tema, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 61: Slobodna tema, april, 2020. godine, devojčica, N.N.



Slika 62: Slobodna tema, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 63: Slobodna tema, april, 2020. godine, N.N.



Slika 64: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 65: Slobodna tema, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 66: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 67: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 68: Slobodna tema, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 69: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 70: Slobodna tema, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 71: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 72: „Kako da ostanemo zdravi“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 73: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 74: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 75: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 76: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 77: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 78: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 79: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 80: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 81: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 82: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 83: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 84: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 85: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 86: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 4,5 godine



Slika 87: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 88: „Ko mi nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 89: Slobodna tema, april, 2020. godine, N.N.



Slika 90: Slobodna tema, april, 2020. godine, N.N.



Slika 91: „Maske“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 92: „Maske“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 93: Slobodna tema, april, 2020. godine, dečak, 5 godine



Slika 94: Slobodna tema, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 95: „Maske“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 96: „Maske“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 97: „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



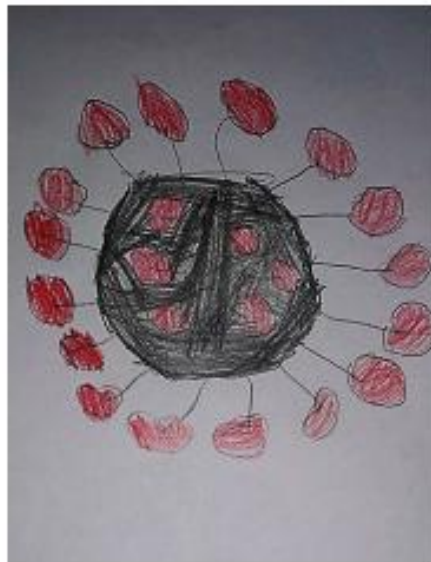
Slika 98: „Ko mi najviše nedostaje – baka i deka“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 99: „Ko mi najviše nedostaje – to su drugarice“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 100: „Moja maska“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



Slika 101: „Kako izgleda koronavirus“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



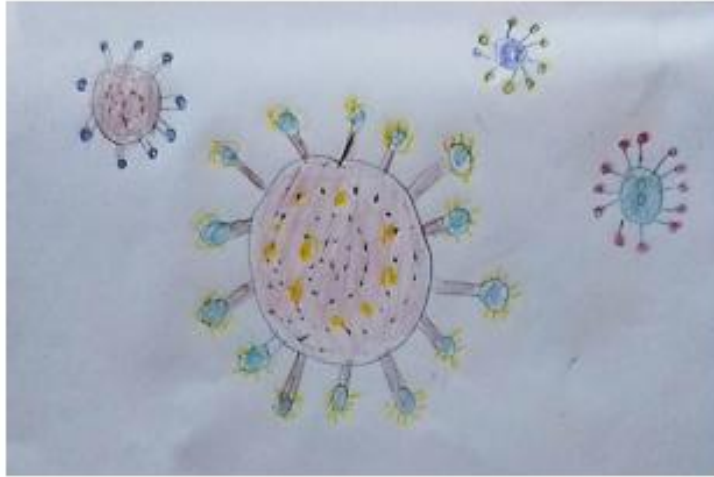
Slika 102: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 103: „Policajac hapsi koronu”, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



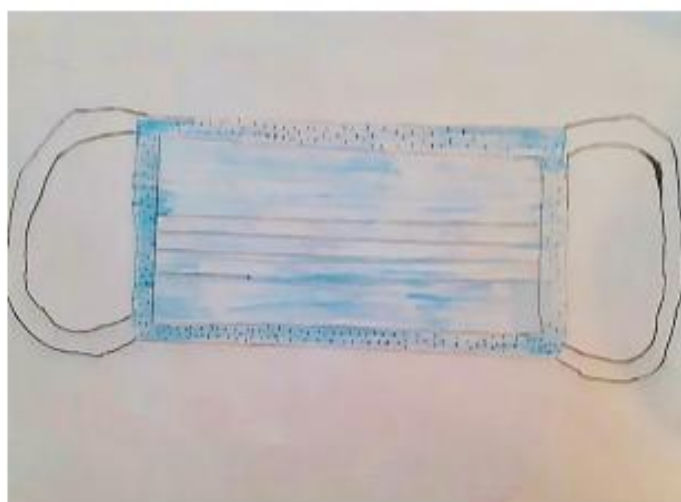
Slika 104: „Stavimo koroni masku”, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 105: „Kako zamišljam da koronavirus izgleda“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 106: „Maska kakvu bih želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 107: „Moja maska u vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 108: „Kako zamišljam da koronavirus izgleda“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 109: „Ostanite kod kuće, čuvajte se koronavirusa“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 110: „Kako zamišljam da koronavirus izgleda“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 111: „Moja porodica se čuva od koronavirusa“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 112: „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 113: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 114: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 115: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 116: „Kako zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 117: Slobodna tema „U mom srcu“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 118: „Predajmo koronu policajcu da je uhapsi“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 119: „Moja maska“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 120: „Maska kakvu bih želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 121: „Kako izgleda koronavirus“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 122: „Maska kakvu bih želeo da imam“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 123: „Zaštitimo se od koronavirusa – čuvajmo planetu“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 124: Slobodna tema „U borbi protiv koronavirusa na kreativan način – ostanite kod kuće!“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 125: „Ostani kod kuće“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 126: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 127: „Kako se štitim od koronavirusa“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 128: „Kako izgleda koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 129: Slobodna tema, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 130: „Kako izgleda koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 131: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 132: „Kako da ostanemo zdravi“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 133: „Igraj se u svom dvorištu“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 134: „Kako da ostanemo zdravi“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 135: „Moja porodica u vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 136: „Šetnja sa kucom u vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



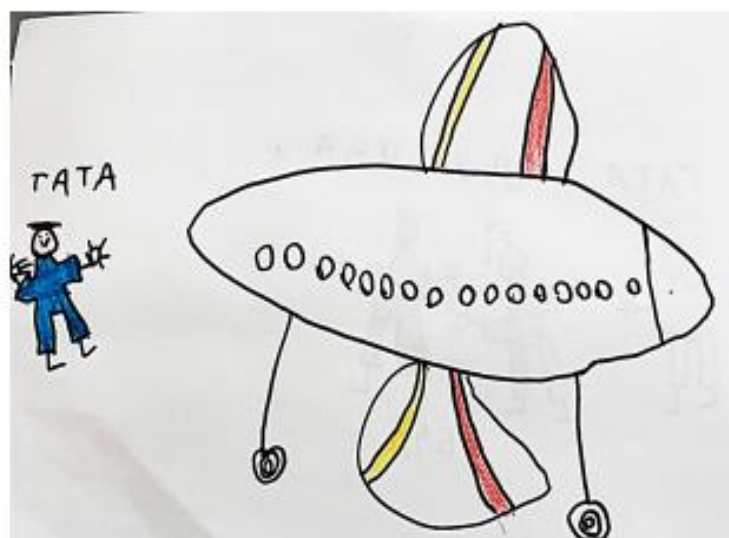
Slika 137: „U šetnji sa omiljenom maskom za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 138: „Maska kakvu želim“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 139: „Kako izgleda koronavirus“, april, 2020. godine, dečak, 5,5 godina



Slika 140: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 141: „Deca i korona“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 142: „Planeta u doba koronavirusa“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 143: „Maska koju nosim“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 144: „Planeta u doba korone“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 145: „Ljudi napolju u doba korone”, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 146: „Kako da se zaštitim od virusa” april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 147: „Maska kakvu bih želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 148: „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 149: „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april, 2020. godine, dečak, 6,5 godina



Slika 150: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, dečak, 6,5 godina



Slika 151: „Moja maska u vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 152: „Medicinsko osoblje u doba korone“, april, 2020. godine, dečak, 6,5 godina



Slika 153: „Moja maska u vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 6,5 godina



Slika 154: „Moja maska u vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 155: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 156: „Moja porodica se štiti od koronavirusa“, april, 2020. godine, dečak, 6,5 godina



Slika 157: „Ostani kod kuće”, april, 2020. godine, dečak, 5,5 godina



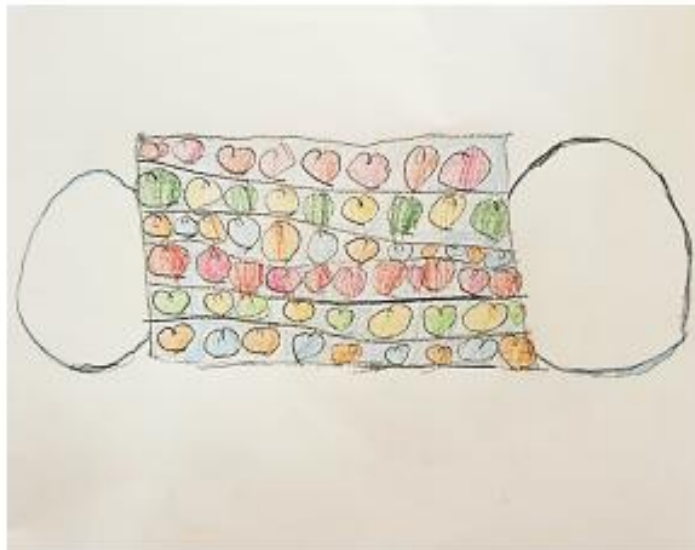
Slika 158: „Putovanje u vreme pandemije”, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 159: „Moja porodica se čuva od koronavirusa“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 160: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, dečak, 5,5 godina



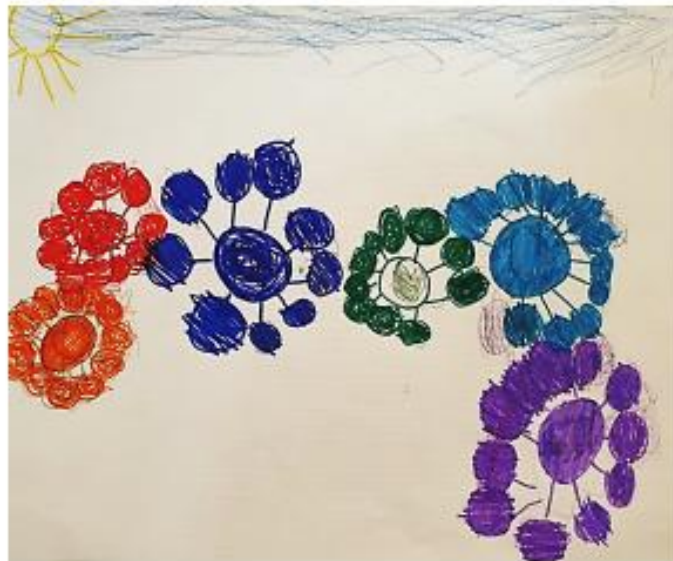
Slika 161: „Maska kakvu bih želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 162: „Virus na planeti“, april, 2020. godine, dečak, 5,5 godina



Slika 163: „Šta mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 164: „Kako zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 5,5 godina



Slika 165: „Duga – sve će biti dobro“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 166: „Ovo je korona“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



Slika 167: „Moja porodica pod maskama”, april, 2020. godine, dečak, 4 godine



Slika 168: „Moja porodica u vreme pandemije”, april, 2020. godine, dečak, 3,5 godina



Slika 169: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



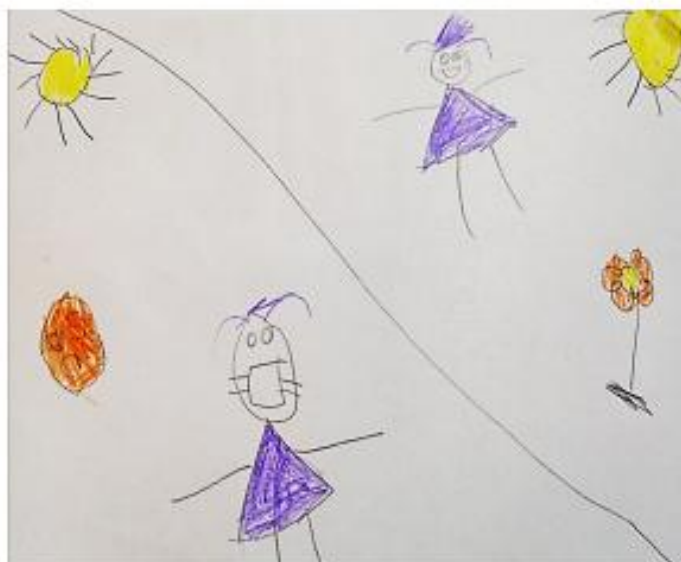
Slika 170: „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 171: „Moja maska“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



Slika 172: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 173: „Ja sa maskom, ja bez maske“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



Slika 174: „Ostani kod kuće“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 175: Slobodna tema „Volim baku“, april, 2020. godine, devojčica, 5,5 godina



Slika 176: „Duga – sve će biti dobro“, april, 2020. godine, devojčica, 5,5 godina



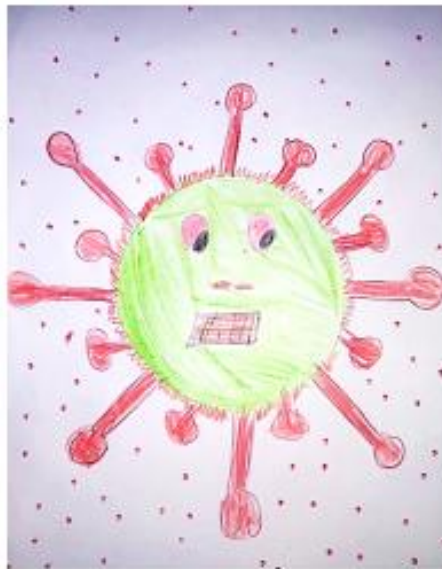
Slika 177: „Ko mi najviše nedostaje”, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 178: „Kako izgleda koronavirus”, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



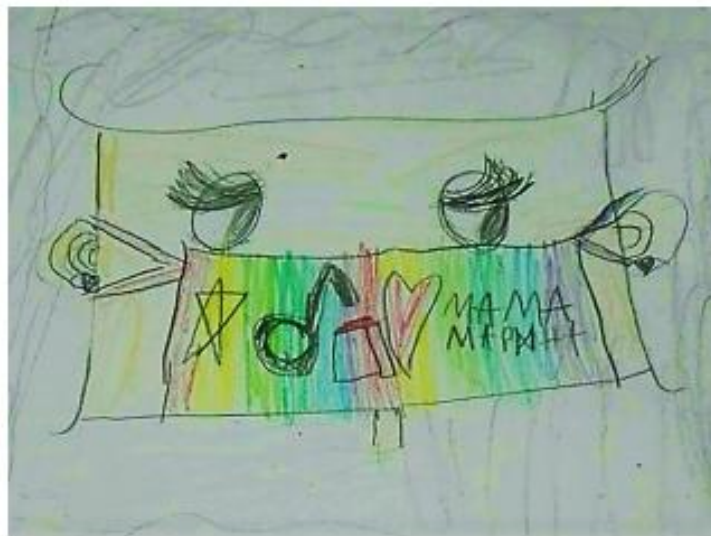
Slika 179: „Ostani kod kuće“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 180: „Kako zamišljam da izgleda korona virus“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 181: „Kako izgleda koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 182: „Maska kakvu bih želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 183: „Moja porodica se čuva od koronavirusa“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 184: „Komunikacija sa bakom i dekom u doba korone“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 185: „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april, 2020. godine, dečak, 6,5 godina



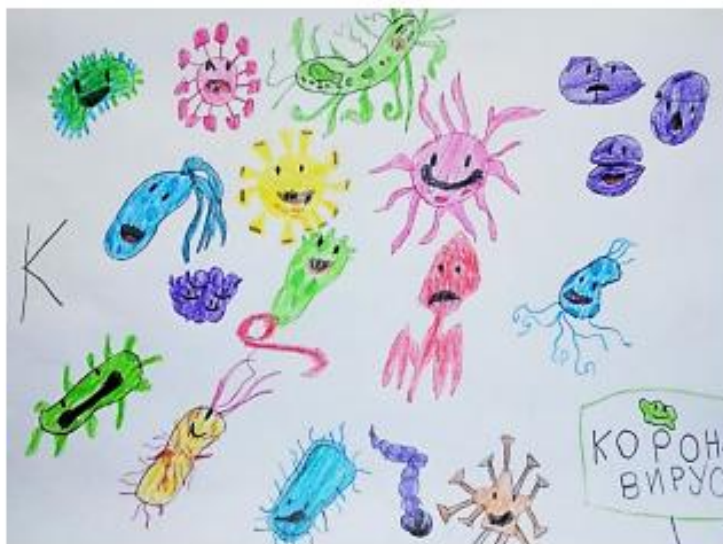
Slika 186: „Ja u borbi protiv koronavirusa“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 187: „Ostani kod kuće“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 188: „Kakvu bih masku želeo da imam“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 189: „Kako zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 190: „Moja porodica za praznike za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 191: „Moja porodica za praznike za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 192: „Moja porodica za praznike za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 193: Moja porodica za praznike za vreme pandemije", april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 194: „Moja maska u pandemiji“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 195: „Pogled kroz prozor za vreme pandemije“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 196: „Pogled kroz prozor za vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 197: „Duga – sve će biti dobro“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 198: „Moje aktivnosti tokom dana za vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 199: „Moje aktivnosti tokom dana za vreme pandemije“, april, 2020. godine, dečak, 7 godina



Slika 200: Slobodna tema „Čuvamo i volimo našu planetu“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 201: „Kako da se zaštitimo od virusa i kako koronavirus izgleda“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 202: „Ko mi najviše nedostaje – baka“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 203: „Kako da se zaštitimo od koronavirusa“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 204: „Kako da se zaštitimo od koronavirusa“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina

CRTEŽ NA KORICAMA KNJIGE:

Slika 205: „Duga – sve će biti dobro“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 206: Slobodna tema, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 207: „O čemu najviše razmišljam tokom izolacije i pandemije“, april, 2020. godine, dečak 5 godina



Slika 208: „Ja tokom pandemije korona virusa“, april, 2020. godine, dečak, 6,5 godina



Slika 209: „Ja i moj brat u izolaciji“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



Slika 210: „Šta mi najviše nedostaje – igranje sa drugarima“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



Slika 211: „Šta mi najviše nedostaje – igralište“, april, 2020. godine, devojčica, 4,5 godine



Slika 212: „Šta nam najviše nedostaje – grad gde nam baka živi“, april, 2020. godine, dečak, 4,5 godine



Slika 213: „Moja maska“, april, 2020. godine, devojčica, 6,5 godina



Slika 214: „Kako da se zaštitimo od korona virusa“, april, 2020. godine, devojčica 4 godine



Slika 215: „Ko mi najviše nedostaje“, april, 2020. godine, devojčica, 4 godine



Slika 216: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



Slika 217: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 218: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 7 godina



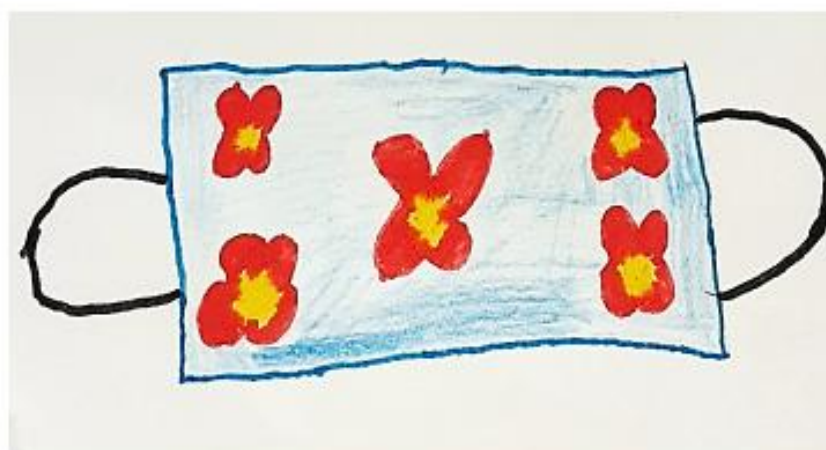
Slika 219: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 220: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 221: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



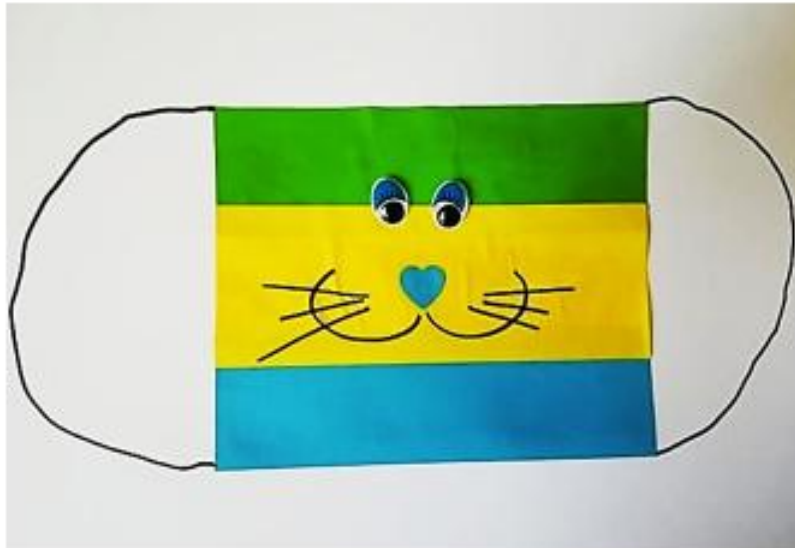
Slika 222: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 223: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 224: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 225: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



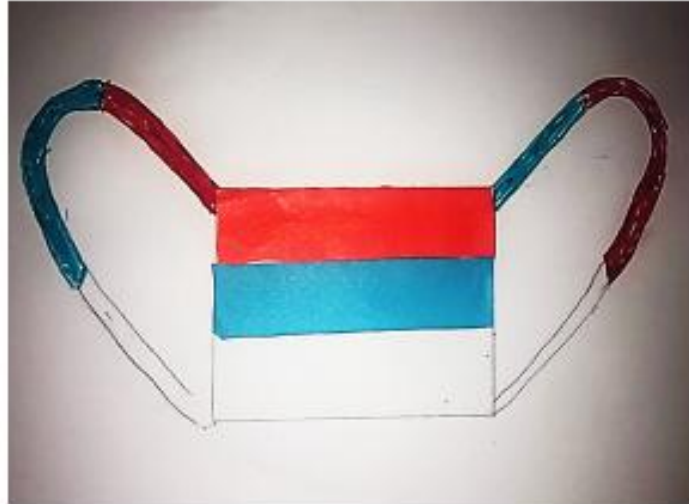
Slika 226: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



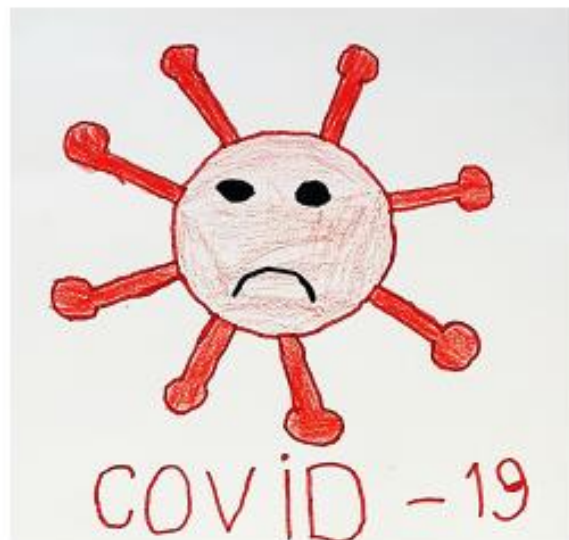
Slika 227: „Kakvu bih masku želela da imam“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 228: „Kakvu bih masku želeo da imam“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 229: „Kakvu bih masku želeo da imam“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 230: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



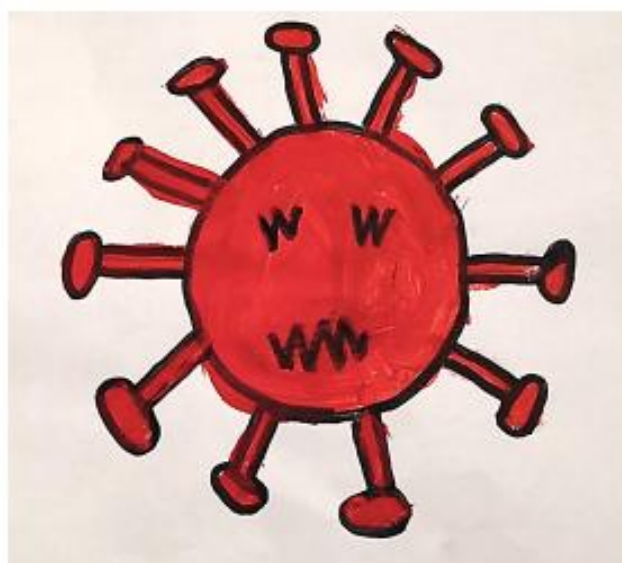
Slika 231: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 232: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 233: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



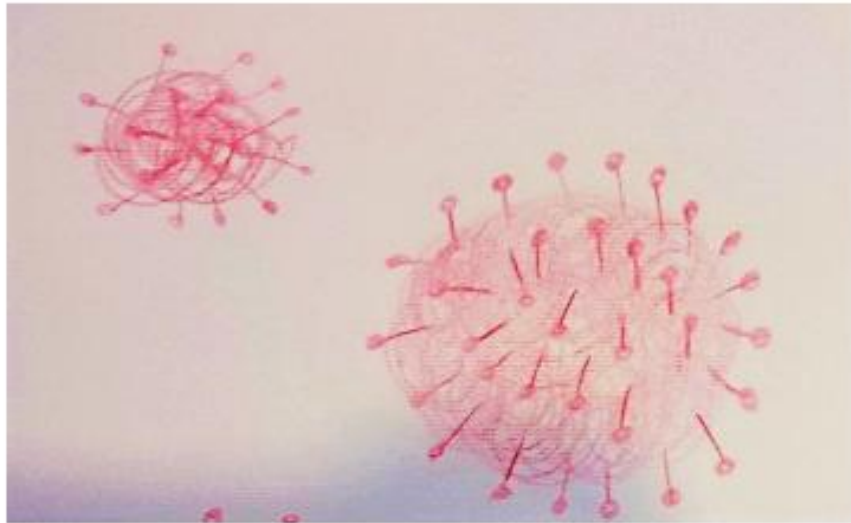
Slika 234: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 235: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



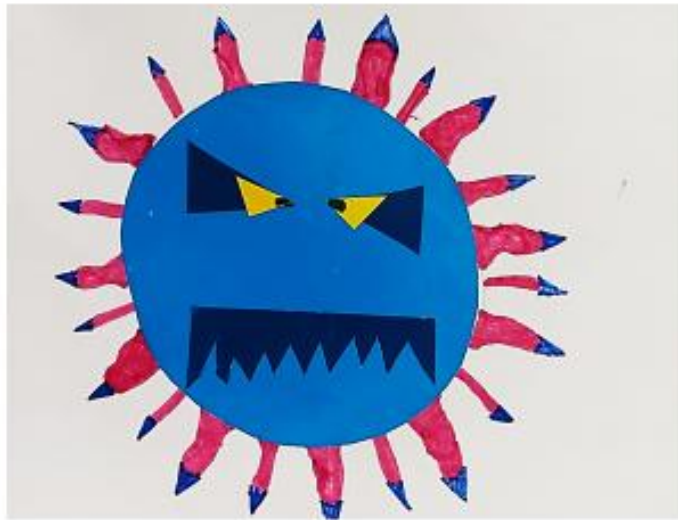
Slika 236: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



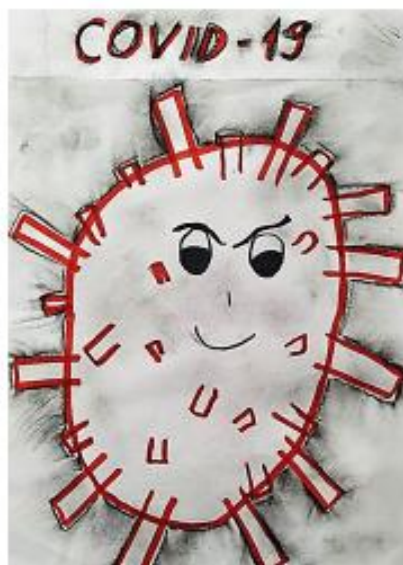
Slika 237: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



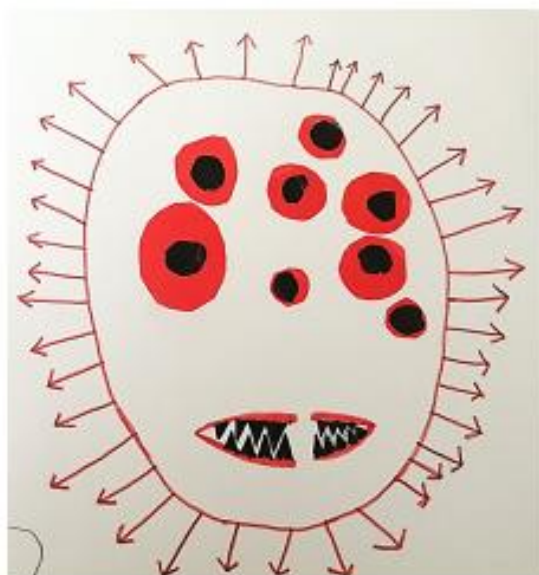
Slika 238: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 239: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 240: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, devojčica, 6 godina



Slika 241: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 242: „Kako ja zamišljam koronavirus“, april, 2020. godine, dečak, 6 godina



Slika 243: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 244: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 245: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, devojčica, 5 godina



Slika 246: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 247: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 248: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina



Slika 249: „Moja porodica pod maskama“, april, 2020. godine, dečak, 5 godina

dr Jelena Mićević Karanović
dr Angela Mesaroš Živkov
dr Milanka Maljković
dr Rosa Šapić
dr Dragana Malešević
dr Vladimir Varađanin
mr Srbislava Pavlov
Ana Vukobrat, master
Tanja Brkljač, master

EKSPLORACIJA ADAPTACIJE STUDENATA VISOKE ŠKOLE STRUKOVNIH STUDIJA ZA OBRAZOVANJE VASPITAČA U KIKINDI NA KRIZNU SITUACIJU IZAZVANU PANDEMIJOM COVID-19

K I K I N D A
2020.

Izdavač:

Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača u Kikindi
Svetosavska 57, 23300 Kikinda
vsssovki@vaspitacka.edu.rs
www.vaspitacka.edu.rs

Glavni i odgovorni urednik:

dr Angela Mesaroš Živkov, prof.

Urednik:

dr Nataša Milošević Adamović, predavač

Recenzenti:

dr Jasmina Knežević, prof.
dr Mirjana Marković, prof.
dr Mirsada Džaferović, prof.
Doc. dr Dejan Sekulić
Doc. dr Sanja Đurđević

Lektura i prevod sa engleskog jezika:

Tanja Brkljač, master

Prevod sa italijanskog jezika:

Maja Radlović, prof.

Kompjuterska priprema:

dr Jelena Mićević Karanović, prof.

Crtež na koricama:

„Korona napada svet“, april 2020. godine, devojčica, 6,5 godina

„Duga – sve će biti dobro“, april 2020. godine, dečak, 6 godina

Na osnovu Zakona o autorskim i srodnim pravima ("Sl. glasnik RS", br. 104–2009, 99–2011 i 119–2012), sva autorska prava su zadržana i zabranjeno je svako neovlašćeno umnožavanje, fotokopiranje ili reprodukovanje ove knjige, odnosno delova teksta ove knjige.



ISBN: 978-86-85625-51-0