

Naslov	Avtorji	Vzorec	Glavne ugotovitve	Identificirane ranljive skupine	Priporočila	Vrsta publikacije	Število strani
Concerns, positive changes, and suggestions for psychological support during COVID-19: A thematic analysis	Meta Lavrič, Vanja Gomboc, Nina Krohne, Tina Podlogar, Vita Poštuvan, Nuša Zadravec Šedivy in Diego de Leo	N = 207*	Pri udeležencih je prisoten strah v zvezi z: 1) okužbo bližnjih ali njih samih; 2) prihodnosti in nepredvidljivosti epidemije; 3) vplivom ukrepov na zaposljivost in ekonomijo; 4) političnim izkoriščanjem epidemiološke situacije, neprimernostjo ukrepov.	/	Psihologi naj bodo bolj vključeni v medijsko poročanje. Na ta način bi dosegli širšo publiko, ki bi ji lahko nudili izobraževalne, koristne in pomirjujoče informacije o duševnem zdravju med epidemijo COVID-19.	Znanstveni članek	13
		*Vzorec sestavljajo odrasli, stari med 19 in 75 let.	Pozitivne spremembe nastale v času epidemije, o katerih poročajo udeleženci so: 1) boljša komunikacija; 2) ustvarjalnejši načini komuniciranja; 3) povečani občutki povezanosti z drugimi; 4) uporaba humorja kot način povezovanja z bližnjimi in spoprijemanja s situacijo med epidemijo; 5) prepoznane spremembe pri sebi, ki se nanašajo na zastavljanje prioritet, vrednot in osebne moči; 6) povečano doživljanje miru in hvaležnosti. Glede psihosocialne podpore v času epidemije, si želijo: 1) enostavno dostopno in brezplačno svetovanje ter direktno psihološko podporo; 2) izobraževalne vsebine o duševnem zdravju in strategijah spoprijemanja; 3) konkretne nasvete o skrbi za duševno zdravje. Hkrati si želijo, da bi bilo več pozornosti pri pomoči, namenjene ranljivim osebam in osebam izpostavljenim družinskemu nasilju. Udeleženci so prav tako poročali, da bi moralo biti medijsko poročanje bolj informativno, pozitivno in pomirjujoče.				
Psihološki vpliv koronavirusa in nekaj priporočil za športnike	Sekcija za psihologijo športa (Društvo psihologov Slovenije)	/	/	/	Za varnost in informiranost: 1) Izberite vir informacij, ki mu zaupate; 2) Spremljajte novice le 2 do 3 krat dnevno.		4
					Za umiritev in misli: 1) Aktivno opazujte in nadzorujte svoje misli; 2) Preusmerite pozornost na kaj drugega (npr. Aktivnost, ki vas pomirja); 3) Poskusite sprejeti stvari, takšne kot so; 4) Ustvarite si dnevno rutino; 5) Ostanite mirni (npr. Z dihalnimi vajami, tehnikami sproščanja). Preventivni ukrepi naj postanejo stalnica: 1) Bodite dosledni pri upoštevanju ukrepov, s katerimi želimo preprečiti širjenje bolezni Covid-19; 2) vizualizirajte si način izvajanja ukrepov za preprečevanje širjenja bolezni Covid-19, saj bodo tako te situacije postale bolj vsakodnevne in sprejemljive. Opazovanje dogajanja in zastavljanje ciljev: 1) S trenerjem in ostalim osebjem se dogovorite o načinu treniranja in si zastavite nove cilje (=realistični in dosegljivi); 2) Posvetite se specifični spretnosti; 3) Preizkusite nekaj novega. Organizirajte si online srečanja, kjer boste z drugimi lahko delili svoje misli, občutja in predloge ter ideje za preživljanje prostega časa. Posvetite se stvarjem za katere morda prej niste imeli časa ali pa jih niste dokončali (npr. Branje, pospravljanje). Pri izvajanju teh aktivnosti bodite zmerni.		
Zagotavljanje psiholoških storitev na daljavo s pomočjo spleta in drugih komunikacijskih sredstev	Etična komisija Evropskega združenja psiholoških društev (European Federation of Psychologists' Associations)*	/	/	/	Društva oz. združenja, ki so del EFPA-e, naj pripravijo strokovno izjavo, ki naslovi etična vprašanja povezana z zagotavljanjem psiholoških storitev na daljavo preko spleta ter drugih komunikacijskih sredstev.		4
			Izvajanje psiholoških storitev in nudenje psihološke pomoči na daljavo je v porastu. Zaradi hitrega razvoja spleta je v zadnjem času v ospredje stopila potreba po pregledu strokovne prakse na tem področju, predvsem v luči obstoječih etičnih načel psihološke prakse.				

*Prevod: Beti Kovač, Lara Samojlenko, David Gosar

Strokovna izjava naj se vsebinsko navezuje na nacionalni etični kodeks.

				Strokovna izjava naj vključuje splošna načela in podrobne smernice. Društva oz. združenja lahko prispevajo tudi lastne vsebine, vendar naj te ne bodo v nasprotju z načeli in smernicami opredeljenimi v tem dokumentu.			
				Vsako društvo oz. združenje naj načela in smernice javno objavi in naj njihovo udejanjanje redno preverja ter s tem seznanja na rednih srečanjih in razgovorih.			
Duševno zdravje otrok in mladostnikov v času epidemije covid-19: Gradivo za vzgojno-izobraževalne ustanove v času postopnega odpiranja vrtec in šol	Bernarda Dobnik / Renko, Peter Janjušević, Ivana Kreft Hausmeister, Maja Lampret, Andreja Mikuž, Andreja Mlinarič in Tanja Pristovnik*		Zaradi svojih razvojnih značilnosti in potreb so otroci in mladostniki ena najranjlivejših skupin, pri kateri se bodo posledice epidemije in spremljajočih se ukrepov lahko kazale še dolgo časa.	Otroci; mladostniki; otroci iz socialno ogroženih družin; starši; otroci s posebnimi potrebami	Pozorni moramo biti na to, da se v družinah, kjer tudi starši doživljajo pomembne strese ali travmatske simptome, funkcioniranje otrok še poslabša.	Priporočila	14
	*Zbornica kliničnih psihologov Slovenije - Sekcija za otroško in mladostniško klinično psihologijo		Omejevalni ukrepi so bistveno posegli v najpomembnejše dele njihovega življenja – vključevanje v vrstniške skupine, učenje in igro.		Posebno pozornost bo veljalo nameniti učencem prve triade, ki zaradi zdravstvenih omejitev ali ogroženosti katerega od članov gospodinjstva za razliko od večine vrstnikov še zmeraj ne bodo mogli v šolo.		
			Zaznana je bila porast nasilja v družini.		Prav tako bodo posebno pozornost potrebovali otroci, ki so preboleli okužbo s covidom-19 ali pa je okužbo prebolel kdo od njihovih svojcev in se lahko soočajo z občutki sramu, krivde, žalosti ali jeze ter s posledicami stigmatizacije.		
			Odzivi otrok in mladostnikov so odvisni od 1) njihove starosti; 2) kako razumejo situacijo; 3) koliko, katere in kako kakovostne informacije o dogajanju imajo na razpolago; 4) njihovih preteklih izkušenj; 5) siceršnjega stila in strategij odzivanja v stresnih situacijah; 6) podpore domačega okolja; 7) drugih dejavnikov.		Prvi ukrep pomoči ob prepoznani duševni stiski je prva psihološka pomoč s strani strokovnjakov iz šolstva, zdravstva ali socialnega varstva. Pri predšolskih otrocih se približajmo z igro, razlage naj bodo starosti primerne. Pri šolskem otroku ali mladostniku dajmo priložnost za individualni pogovor v zaupnem okolju.		
			V času epidemije je povsem pričakovano, da so zaskrbljeni ali prestrašeni, da čutijo jezo zaradi omejevalnih ukrepov, da se njihovo vedenje spremeni in imajo težave pri samostojnem opravljanju dejavnosti, ki so jih prej morda že obvladovali.		Ob začetku šole bo verjetno treba precej časa in razlage nameniti vzpostavitvi varovalnih ukrepov, kot je vzdrževanje fizične distance, nošenje obrazne maske v skladu z navodili ter upoštevanje drugih priporočil.		
			Za ranjive otroke in mladostnike, ki so že pred epidemijo imeli težave na področju čustvovanja, razpoloženja, vedenja, učenja in odnosov z drugimi, ali pa živijo v neugodnih okoljih oz. odnosih, so sedanje razmere lahko izjemno huda obremenitev. Otroci z razvojnimi, vedenjskimi in duševnimi motnjami ter drugimi oviranostmi so posebej ranljiva skupina in njihove potrebe v procesu izobraževanja daleč presegajo možnosti, ki jih omogoča delo na daljavo v kombinaciji s podporo staršev.		Za vzpostavitev podpornega vzdušja v razredu in šoli je pomembno, da ukrepe uvajamo s pozitivno konotacijo in ne z zastraševanjem. Spregovorimo o razmišljanju, doživljanju, skrbeh. Ob jasnih znakih stisk in težav stopimo v stik s svetovalnimi službami. Za učinkovito komunikacijo s starši v tem obdobju velja, še toliko bolj kot že sicer, da naj bo ta čim bolj redna, jasna in v duhu partnerskega sodelovanja.		
Dejavniki čustvovanja in spoprijemanje s stresom med pandemijo COVID-19	Sandra Modic in Darja Kopal Grum	N = 433*	Več negativnih čustev so med pandemijo doživljale ženske in mlajši udeleženci. Razlike v čustvovanju se niso pojavile med različno izobraženimi udeleženci.		Pomemben je dostop do ustreznih informacij glede prenosa in širjenja koronavirusa, predvsem glede načinov zaščite sebe in drugih pred okužbo. Sporočanje naj bo hitro in učinkovito.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	13
	*Vzorec so sestavljale osebe, starejše od 18 let.		Najpogostejši strategiji spoprijemanja s stresom sta bili sprejemanje in pozitivna reinterpretacija. Udeleženci so redkeje uporabljali nekonstruktivne načine spoprijemanja s stresom.		Odgovorne institucije naj skupaj z vlado sprejemajo ukrepe. Ti naj bodo utemeljeni in sporočeni na jasnem ter ustreznem način.		

			Večina udeležencev je kot izvor negativnih čustev najpogosteje navedla: 1) spremljanje medijev; 2) omejeni stiki s prijatelji in bližnjimi; 3) neopredeljeno trajanje pandemije; 4) sprejeti ukrepi vlade oziroma odgovornih institucij. Pomemben vir pozitivnih čustev pa so udeležencem predstavljali odnosi v družini oziroma v gospodinjstvu.		Ohranjanje stikov z bližnjimi naj bo omogočeno vsem. Ob tem je potrebno poiskati ustrezne načine kako ohranjanje stikov omogočiti tistim, ki se pri tem soočajo s težavami (=osebe, ki živijo same, spadajo v rizično skupino za okužbe, ne poznajo tehnologije ali imajo finančne težave, zaradi katerih nimajo dostopa do tehnologije).		
Stres in samozaznane kognitivne spremembe med epidemijo COVID-19	Anja Podlesek in Vojko Kavčič	N = 894*	Ugotovitve kažejo, da je poslabšanje kognitivnega delovanja povezano s povečano utrujenostjo, poslabšanjem kakovosti spanja, negativnim čustvovanjem in vplivom omejitev na doživljanje udeležencev.	/	Delodajalci in izobraževalne ustanove naj: 1) upoštevajo čustveno odzivanje zaposlenih/šolencev; 2) zaposlenim/šolencem naj ponudijo podporo pri spoprijemanju s težavami in negativnimi čustvi; 3) delovni/šolski proces naj se prilagodi tako, da bo zaposlenim/šolencem vzbuja občutek učinkovitosti.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	11
		*Vzorec sestavljajo osebe, starejše od 18 let.	Udeleženci so poročali, da je prišlo do majhnih negativnih sprememb v njihovem kognitivnem delovanju, v času med epidemijo. Navajali so spremembe kot so počasnejše izvajanje običajnih aktivnosti in rahlo poslabšanje v pozornosti, spominu, preklapljanju med nalogami, načrtovanju ter organizaciji.				
			Udeleženci, ki so zaznavali več kognitivnih sprememb, so poročali o večjem vplivu težav, ki so bile prisotne v času epidemije (npr. težave doma in pri delu). Večje zaznane kognitivne spremembe so bile prav tako povezane z: 1) večjim zaznanim stresom, tesnobo in izraženostjo negativnih čustev; 2) povečano obremenjenostjo in utrujenostjo ter poslabšanjem kakovosti spanja v primerjavi s časom pred epidemijo.				
Razvijanje čuječnosti med pandemijo COVID-19	Janja Tekavec	N = 58*	Delovno aktivni in delovno manj aktivni (tj. zaposleni, ki so delali manj/neredno, imeli skrajšan delovni čas ali so bili občasno na čakanju) so poročali o manjših kognitivnih spremembah. Nasprotno so o večjem poslabšanju kognitivnega delovanja poročali upokojeni, študentje in delovno neaktivni.	/	/	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	9
		*Vzorec sestavljajo študentje razrednega pouka, stari med 22 in 26 let.	Udeleženci so bili večinoma zadovoljni s programom čuječnosti. Program se jim je zdel koristen in dober. Učinki izvajanja programa čuječnosti, o katerih so poročali udeleženci so: 1) psihološki učinki, npr. Večja sproščenost in umirjenost; 2) telesni učinki, npr. Povišana raven energije in boljše telesno počutje; 3) kognitivni učinki, npr. Boljša koncentracija in večja delovna motivacija.				
			Udeleženci si želijo, da bi tehnike čuječnosti postale del rednega študijskega programa na fakulteti.				
Kakovost komuniciranja v slovenskih delovnih organizacijah v času epidemije COVID-19	Eva Boštjančič, Alja Vižintin in Edita Krajnovič	N = 704	Večina udeležencev je zadovoljna s komunikacijo vodstva v času krize. Pri komunikaciji jim je manj pomembna pogostost komuniciranja vodje z zaposlenimi. Bolj pomembni se jim zdijo drugi vidiki komunikacije (npr. Pravočasno prejetje potrebnih informacij).	/	Informiranje in spodbujanje vodij ter zaposlenih, k učinkoviti komunikaciji v času izrednih razmer (npr. miritev situacije, razjasnjevanje negotovosti).	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	9
			Udeleženci so bili glede komunikacije najbolj zadovoljni s: 1) poslušanjem vodij za potrebe podrejenih; 2) pogostostjo komunikacije med vodjo in podrejenimi; 3) hitrostjo posredovanih informacij.				
			Ugotovitve kažejo, da je interno komuniciranje pomembno pri ustvarjanju zaupanja. Udeleženci so kot najbolj zaupanja vredne vire informacij o prihodnosti, navajali vodstvo in strokovne službe. S komunikacijo med krizo so najmanj zadovoljni zaposleni v državnih podjetjih in javni upravi. Nasprotno so s komunikacijo v času krize najbolj zadovoljni zaposleni v zasebnih podjetjih.				

Učenje in poučevanje na daljavo med zaprtjem šol zaradi epidemije COVID-19: perspektiva pedagoških delavcev v osnovnih in srednjih šolah v prvem mesecu pouka na daljavo	Živa Krajnc, Adelisa Huskić, Zala Kokol in Katja Košir	N1 = 1081* N2= 11**	Udeleženci so pri poučevanju na daljavo najpogosteje uporabljali sledeča IKT orodja: 1) e-pošto; 2) orodja za komunikacijo na daljavo; 3) spletne učilnice. Glede uporabe IKT so se udeleženci počutili razmeroma kompetentni. Nekoliko manj kot polovica udeležencev je bila predhodno vključena v projekt usposabljanja za uporabo IKT, zaradi česar so se ti počutili bolj kompetentne v primerjavi s tistimi, ki tega usposabljanja niso bili deležni.	Učenci s posebnimi potrebami; učenci, ki potrebujejo več dodatne pomoči; otroci tujci; otroci, ki niso imeli zagotovljenih enakih pogojev za učenje kot sošolci.	/ /	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	10
		*Vzorec sestavljajo zaposleni (= učitelji in svetovalni delavci) na osnovni ali srednji šoli.	Udeleženci so bili z oporo, nudeno ob izvajanju pouka na daljavo, zadovoljni. Oporo so jim najpogosteje nudili IKT-koordinatorji in vodstvo šole. Navodila za organizacijo dela na daljavo so udeležencem večinoma podali nadrejeni, preostali pa so si delo organizirali sami. S sodelavci so si delili dobre prakse in ideje poučevanja na daljavo. Udeleženci so pogrešali oporo Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport, saj si so želeli prejeti več smernic in priporočil v ustreznem času.				
		**Vzorec sestavljajo zaposleni v osnovnih šolah, gimnazijah in glasbeni šoli.	Večina udeležencev je vzpostavila dvosmerno komunikacijo z učenci med poučevanjem na daljavo, ki jim je omogočila spremljanje napredka učencev. Večina udeležencev je bila mnenja, da kakovost poučevanja na daljavo ni primerljiva s kakovostjo klasičnega pouka v učilnici ter ni pravična do vseh učencev.				
			Kot največji oviri poučevanja na daljavo večina udeležencev navaja pomanjkanje tehnologije oziroma usposobljenosti za njeno uporabo. Negativna posledica poučevanja na daljavo, ki jo izpostavljajo pa je povečana uporaba tehnologije.				
			O večji obremenjenosti so poročali tisti udeleženci, ki so morali doma opravljati delovne in družinske obveznosti (=skrb za predšolske ali osnovnošolske otroke).				
Učenci zadnje triade OŠ in dijaki o učenju na daljavo med epidemijo COVID-19	Luka Uršič in Melita Puklek Levpušček	N = 358*	Udeležencem se zdi poučevanje na daljavo primernejše za srednješolce kot osnovnošolce. Večina učencev in dijakov je za pouk na daljavo namenila več časa kot za klasičen pouk.	/ /	/ /	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	12
		*Vzorec sestavljajo učenci zadnje triade OŠ in dijaki.	Največ težav so imeli učenci in dijaki pri predmetu matematike, težave se jim pojavljajo tudi pri jezikih (angleščina in slovenščina) in naravoslovnih predmetih (osnovnošolci imajo težave predvsem s fiziko, srednješolci pa s fiziko in kemijo).				
			Kot glavne razloge za težave pri matematiki navajajo: 1) nerazumevanje učne snovi; 2) težavnost snovi; 3) slaba razlaga ali odsotnost te; 4) prevelik obseg učne snovi; 5) preveč dela; 6) pomanjkanje motivacije za učenje.				
			Učenci in dijaki so v času šolanja na daljavo najbolj pogrešali osebni stik s sošolci ter učitelji.				
			Le manjši delež učencev in dijakov ni imel zagotovljen dostop do računalnika ali za uporabo računalniških tehnologij niso imeli dovolj znanja. V kolikor učenci niso imeli računalnika, so jim tega v večini primerov zagotovile šole. Udeleženci so navedli sledeče vire težav ob učenju na daljavo: 1) slaba internetna povezava; 2) slaba komunikacija z učiteljem; 3) neprimernost prostora v katerem se šolajo na daljavo; 4) iskanje ustreznih učnih gradiv.				
			Učenci in dijaki so šolanje na daljavo opisali kot zapleteno, naporno, manj motivirajoče, bolj stresno. Prav tako menijo, da so med šolanjem na daljavo pridobili manj znanj.				
			Polovica šolarjev je poročala o pozitivnih posledicah šolanja na daljavo. Med drugimi navajajo, da so se med šolanjem na daljavo o sebi naučili veliko novega in so postali bolj samostojni.				

Pogledi in izkušnje študentov pedagoških smeri o študiju na daljavo v času epidemije COVID-19	Neža Podlogar, Urška Žerak, Amela Lišić, Lana Lavrih, Nina Fricelj in Mojca Jurišević	N = 337*	Študentje so uporabljali različne učne strategije pri študiju na daljavo. Najredkeje so uporabljali strategije prilagajanja načina dela (npr. Priprava podrobnejših zapiskov in vprašanj). Najpogosteje so uporabili strategije strukturiranja okolja (npr. Izbira udobnega prostora brez motečih dejavnikov).	/	Zagotoviti podporno okolje v katerem se študentje ne bodo počutili same pri študiju na daljavo. Spodbujanje študentov pri uporabi strategij, ki korelirajo s študijsko uspešnostjo (npr. Samoregulacijske strategije).	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	11
		*Vzorec sestavljajo študentje Pedagoške fakultete.	Študentje so kljub epidemiji in spremenjenem načinu študija, ohranili pozitiven pogled na življenje in prihodnost, trenutno situacijo so doživljali konstruktivno.				
			Študentje so različno dojemali študij na daljavo. Večini študentov je tak način študija manj ustrejal kot študij v klasični obliki. Razloge, zaradi katerih jim študij na daljavo manj ustreza, najpogosteje navajajo: 1) obremenjenost s študijskimi obveznostmi in zamudnost dela na daljavo; 2) odsotnost socialnih stikov; 3) manj ustrezne naloge in način razlage študijskih vsebin; 4) pomanjkanje motivacije in samodiscipline; 5) dolgotrajno sedenje za računalnikom; 6) neustrezno domače okolje za učenje in 7) manj praktičnih študijskih dejavnosti. Pozitivni vidiki študija na daljavo, ki jih navajajo pa so: 1) lažja organizacija dela; 2) možnost dela po lastnem tempu; 3) prihranek časa; 4) višja raven motivacije in 5) samoučinkovitost.				
			Študentje so poročali o različnih prilagojenih oblikah študija na daljavo, ki so jim bile na voljo. Med njimi so bila najpogostejša predavanja in konzultacije po spletu ter samostojne praktične naloge.				
			Uporaba posameznih učnih strategij pomembno pozitivno korelira z bolj konstruktivnim doživljanjem izredne situacije in študija na daljavo ter pozitivnostjo. Doživljanje izredne situacije in študija na daljavo se pomembno pozitivno povezuje s pozitivno usmerjenostjo v življenju. Študenti, ki so študij v izrednih razmerah doživljali bolj konstruktivno in so pogosteje uporabljali strategije postavljanja ciljev, so bili s študijem na daljavo bolj zadovoljni. Študentje z bolj izraženo pozitivnostjo do življenja in prihodnosti, so bili s študijem na daljavo manj zadovoljni.				
Psihologija in COVID-19: Namesto zaključka pogled naprej	Žan Lep	N = 38	Zaradi epidemije bo prišlo do trajnih posledic pri delovanju posameznika in družbe.	/	Starostniki; mladi (otroci, mladostniki, mladi na prehodu v odraslost); osebe, ki živijo same; ekonomsko ogroženi posamezniki; posamezniki z obstoječimi psihološkimi težavami.	Pregledni članek objavljen v znanstveni monografiji	30
		*Prispevki objavljeni med 1. Januarjem in 11. Septembrom 2020.	Izsledki različnih študij izpostavljajo različne negativne posledice epidemije na psihološko zdravje populacije.	/	Ključni kadri - npr. medicinsko osebje, delavci v komunalni. Tisti, ki so zaradi bolezni Covid-19 izgubili bližnje in tisti, ki so v rizični skupini za okužbo s Covid-19.	Razvoj individualiziranih programov in intervencij ter sistemov podpore (npr. čuječnost, nasveti za spopadanje s stresom).	
			Predstavljeni so izsledki izbranih tematik: 1) izolacija in psihološko zdravje; 2) psihološka podpora; 3) generacijski pogled na posledice epidemije; 4) šolanje med epidemijo in po njej; 5) delo med epidemijo in po njej; 6) družba in medosebni odnosi; 7) učinkovito komuniciranje in zaupanje v znanost.		Učenci z učnimi težavami.	Zagotavljanje ustrezno usposobljenega kadra, ki je na področju Slovenije že sedaj podhranjen.	
Sto ur po prvem primeru okužbe s COVID-19 v Sloveniji: Zaupanje in zaznana verodostojnost virov informacij ter čustveni odzivi	Kaja Hacin Beyazoglu, Katarina Babnik in Žan Lep	N = 1718*	Kot najbolj verodostojne so bile ocenjene informacije, ki so jih dajali znanstveniki in zdravniki; sledijo predstavniki NIJZ in ZZS.	/		Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji za obvladovanje epidemije in odzivov splošne populacije nanjo.	11
		*Vzorec sestavljajo osebe, starejše od 18 let.	NIJZ so ljudje zaznavali bližje politiki kot drugim strokovnjakom s področja zdravja.				

			Udeleženci, ki so informacije strokovnjakov (zdravnikov, znanstvenikov in predstavnikov ZZS) zaznali kot bolj verodostojne, so bili manj zaskrbljeni in jih je bilo manj strah okužbe, možnosti za omejitve širjenja bolezni pa so se jim zdele večje.				
Od začetka do konca uradne epidemije COVID-19 v Sloveniji: Stresorji, stres in blagostanje	Tina Kavčič, Andreja Avsec in Gaja Zager Kocjan	N = 2571*	Od začetka do konca uradne epidemije COVID-19 v Sloveniji je stres pri odraslih upadal, subjektivno blagostanje pa nekoliko naraščalo.	/	Ukrepi bi morali obravnavati ne le zdravstvene, ampak tudi ekonomske, socialne in psihološke vidike epidemije.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	13
		*Celostni vzorec sestavljajo osebe, starejše od 18 let (ob vseh naslednjih štirih merjenjih v naslednjih treh mesecih je sodelovalo 142 oseb).	Ljudje so bili bolj pod stresom zaradi mogoče okužbe s koronavirusom svojih bližnjih kot okužbe sebe.		Ker rezultati kažejo večjo skrb glede okužbe bližnjih kot sebe, bi bilo smiselno, da priporočila poudarjajo pomen upoštevanja ukrepov zaradi zaščite drugih.		
			Na začetku je stres povzročala predvsem mogoča okužba s koronavirusom, kmalu pa so prevladale skrbi glede dolgoročnih posledic, spremenjenih okoliščin in službe. Odrasli se z zahtevnimi in novimi okoliščinami spoprijemajo in nanje prilagajajo večinoma učinkovito.		Ker novi koronavirus ostaja v populaciji, bi bilo potrebno še naprej spremljati, kaj v zvezi s spreminjajočimi se ukrepi ljudem povzroča največ stresa.		
HomoPostpandemicus: Vedenjski in čustveni odzivi na pandemijo COVID-19 po koncu prvega vala v Srbiji	Žan Lep, Kaja Damnjanović, Sandra Ilić, Predrag Teovanović in Kaja Hacin Beyazoglu	N = 2108*	Negativne zaznave in čustveni odzivi posameznikov / so ob drugem valu spet porasli, toda nekoliko pozneje in manj intenzivno.	/	Potrebno je natančneje preveriti, kako ljudje zaznavajo posamezne ukrepe (npr. nošnja mask) in spremljati, v kolikšni meri se bodo samozaščitno vedli v prihodnje. Takšni izsledki bi lahko še naprej koristili pri načrtovanju komuniciranja z javnostjo. V preteklih študijah se je namreč izkazalo, da učinkovita komunikacija spodbuja ustrezno vedenje, napačna pa ga lahko celo zavira.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	13
		*Vzorec sestavljajo prebivalci Srbije, starejši od 18 let.	Udeleženci še naprej poročajo o razmeroma pogostem zaščitnem vedenju, vendar to s časom upada. Sproščanje ukrepov je za nekatere tudi obremenjujoče.				
Težave in izzivi družin z otroki v zgodnjem in srednjem otroštvu med karanteno zaradi epidemije COVID-19	Kaja Hacin Beyazoglu, Teresa Bertogna, Lea Hostnik, Tia Jakopič, Katja Škoda, Marja Zakešek in Urška Fekonja	N = 29*	Družine so se pretežno dobro spoprijemale s karanteno.	/	Dobljeni rezultati nakazujejo, da je med karanteno nujno sprejetje ukrepov na državni ravni, kot je subvencioniran skrajšani delovni čas, ki staršem omogoča večjo fleksibilnost, več časa za skrb za otroke ter učinkovitejšo usklajevanje službe in družinskega življenja.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	13
		*Vzorec sestavlja 29 družin z otroki, starimi od 3 do 9 let.	Kot najbolj pozitivne vidike karantene so starši navajali skupne dejavnosti in povezanost med člani, kot negativne pa težave z usklajevanjem službe in družine, pomanjkanje socialnih stikov, prepire, preobremenjenost in stres ter težave s šolskim delom pri šoloobveznih otrocih.		Šolski sistem bi v morebitnih prihodnjih podobnih situacijah moral prevzeti večji delež odgovornosti za poučevanje in učenje otrok, ki se med seboj zelo razlikujejo po sposobnostih, motivaciji za delo ter značilnostih družinskega okolja, ter hkrati otroke opolnomočiti za uporabo tehnologije in učenje na daljavo.		
			Razlike v odzivih družin se kažejo glede na starost otroka in delovno obremenitev staršev.		Na ravni države bi prav tako moralo biti poskrbljeno, da lahko vse družine dostopajo do tehnologije in drugih virov, ki so potrebni za šolanje na daljavo.		
Zdaj pa še korona: Skrbi mladih na prehodu v odraslost v času tveganj, povezanih z epidemijo COVID-19	Žan Lep in Maja Zupančič	N = 228*	Sodelujoči mladi na prehodu v odraslost so obdobje / epidemije izkusili bolj pozitivno kot negativno.	/	Na področju izobraževanja bi bilo v izrednih okoliščinah in pri ponovni uvedbi študija na daljavo treba premišljeno in vnaprej strukturirano predstaviti potek izobraževalnega procesa ter določiti osebo (npr. učitelja tutorja), na katero se lahko študenti obrnejo glede skrbi ali težav, ki so s študijem povezane posredno in jih zato ne želijo nasloviti na izvajalce predmetov.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	11
		*Vzorec sestavljajo študenti stari med 18 in 30 let.	Glavne skrbi mladih o posledicah epidemije COVID-19 so finančne narave (zaposlitev, z delom povezani dosežki). Mlade skrbi globalno zdravstveno stanje, vendar tega ne prenašajo na osebno raven.		Na področju duševnega zdravlja bi bilo treba v izvajanje ukrepov za omejitev epidemije v večji meri vključiti (in zaposliti) psihologe.		

Primerjava osamljenosti in subjektivnega blagostanja v normalnih in izrednih razmerah	Vanja Gomboc, Nina Krohne, Meta Lavrič, Tina Podlogar, Vita Poštuvan, Nuša Zadravec Šedivy in Diego De Leo	N = 1189*	Zaskrbljenost je bolj kot z demografskimi značilnostmi posameznikov povezana z razmeroma stabilnimi vzorci čustvovanja, mišljenja in vedenja. Raven čustvene osamljenosti je bila med izrednimi razmerami značilno višja kot pred epidemijo.	/	Pri tem pa ostaja vprašanje, kaj se dogaja s (čustveno in socialno) osamljenostjo pri tistih posameznikih, ki nimajo dostopa do interneta.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	11
		*Vzorec sestavljajo osebe, starejše od 18 let.	Raven socialne osamljenosti je bila med izrednimi razmerami značilno nižja.		Smiselno bi bilo raziskati še, kakšne so longitudinalne spremembe subjektivnega blagostanja in osamljenosti v izrednih razmerah ter izven njih.		
Kdo je bil najbolj v stresu prvi teden epidemije COVID-19	Andreja Avsec, Gaja Zager Kocjan in Tina Kavčič	N = 2722*	Značilno večji delež udeležencev je med izrednimi razmerami izražal poslabšano subjektivno blagostanje in depresivno simptomatiko. Osebnostne lastnosti pomembno prispevajo k doživljanju stresa.	/	Pomembno je, da se pri informiranju javnosti upoštevajo medosebne razlike v osebnostnih lastnostih in se ubere srednja pot, torej da ne sprožamo pretiranega stresa niti ne omalovažujemo resnosti epidemije.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	11
		*Vzorec sestavljajo osebe, starejše od 18 let.	Nevroticizem kot osebnostna lastnost najbolj določa raven doživljanja stresa.				
Samoocena anksioznosti med epidemijo COVID-19 v Sloveniji	Vojko Kavčič in Anja Podlessek	N = 901*	O nižji ravni stresa poročajo bolj vestni in sprejemljivi posamezniki. Desetina našega vzorca je poročala o zmerni ali hudi obliki generalizirane anksioznosti.	/	Dobljeni rezultati bi lahko bili uporabni pri izdelavi ukrepov za težave v duševnem zdravju v obdobju epidemije COVID-19 in preventivnih ukrepov za bodočo zdravstveno krizo.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	11
		*Vzorec sestavljajo osebe, starejše od 18 let.	Najvišje samoocene anksioznosti so bile značilne za ženske, samske, udeležence brez zaposlitve ter udeležence, stare od 18 do 24 let, pretežno študente.		Pri načrtovanju ukrepov za zmanjšanje težav v duševnem zdravju med epidemijo COVID-19 in po epidemiji je treba upoštevati tudi tiste ukrepe, ki bodo zmanjševali anksioznost in preprečevali dejavnike tveganja zanjo.		
			Med dejavniki tveganja za anksioznost so bili negativni učinki posledic ukrepov ob epidemiji, zaznani stres in negativna čustva, varovalni dejavniki pa čustvena stabilnost in brezskrbnost kot osebnostni potezi ter dobro splošno zdravje.		V takih obdobjih je treba čim bolj natančno in ažurno na lokalni ravni preverjati, kako se ljudje spoprijemajo s krizo, kakšna je njihova raven stiske in duševnih težav – tudi anksioznosti in depresije – da bi lahko oblikovali čim učinkovitejše intervencije, ki bi omogočale obvladovanje delovanja dejavnikov anksioznosti in zmanjševanje tveganja za njen razvoj.		
Kaj nam je povzročalo stres in slabšalo blagostanje med epidemijo COVID-19	Gaja Zager Kocjan, Tina Kavčič in Andreja Avsec	N = 438*	Za uspešno obvladovanje vplivov zdravstvene krize na duševno zdravje so ključni primerni ukrepi na ravni posameznika, pa tudi družbe kot celote. Za stres in slabše blagostanje med epidemijo COVID-19 so bile najpomembnejše spremenjene življenjske okoliščine zaradi ukrepov, povezanih z epidemijo.	/	Za uspešno obvladovanje vplivov zdravstvene krize na duševno zdravje so ključni primerni ukrepi na ravni posameznika, pa tudi družbe kot celote.	Znanstveni članek objavljen v znanstveni monografiji	11
		*Vzorec sestavljajo osebe, starejše od 18 let.	Skrb zaradi zdravstvene ogroženosti je na stres učinkovala šibko, na blagostanje pa ni imela učinka.		Ob sprejemanju ukrepov za zaščito fizičnega zdravja s preprečevanjem širjenja COVID-19 je treba upoštevati in ustrezno obravnavati njihove učinke na duševno zdravje ljudi.		
Covid-19 and social work: A collection of country reports (Slovenia)	<i>Avtorji:</i> Vesna Leskošek in Nina Mešl <i>Uredniki:</i> Lena Dominelli, Timo Harrikari, Joseph Mooney, Vesna Leskošek in Erik Kennedy Tsunoda		Otroci z učnimi težavami, ki so bivali v domovih, so le-te morali zapustiti v času epidemije. V domovih so ostali le tisti, ki niso imeli bližnjih sorodnikov, pri katerih bi bivali.	/	Otroci z učnimi težavami; otroci iz enostarševskih družin; otroci staršev/skrbnikov z nižjo stopnjo izobrazbe.	Znanstvena monografija	11
			Starši iz enostarševskih družin poročajo, da svojim otrokom težje nudijo pomoč pri šolskem delu. Težje usklajujejo tudi delovne obveznosti in obveznosti do družine.				

	Šolanje na daljavo je bilo težavno tudi za družine v katerih imajo starši/skrbniki nižjo stopnjo izobrazbe. Ti svojim otrokom težnje nudijo pomoč pri učenju in reševanju domačih nalog.		
Izobraževanje na daljavo v času epidemije Covid-19	<p><i>Avtorji poročila:</i> dr. Tanja Rupnik Vec, dr. Branko Slivar, mag. Renata Zupanc Sode/avci: dr. Vinko Logaj, dr. Fani Nolimal, dr. Katica Pevec Semec, mag. Andreja Bačnik, Petra Košnik, mag. Nada Nedeljko</p> <p>N1= 7382*; N2= 24684**; N3=406** * Vzorec sestavljajo učitelji razrednega in predmetnega pouka ter učitelji v srednji šoli.</p>	<p><i>Učitelji:</i> Pri izobraževanju na daljavo učitelji doživljajo poučevanje kot bolj zahtevno in stresno (predvsem OŠ) v primerjavi s poukom v razredu. Približno polovici učiteljev je takšno poučevanje v izziv. Poročajo tudi, da lahko <i>Učitelji:</i> Na SŠ so v večji meri realizirali učne cilje kot na OŠ. Na vseh stopnjah v večji meri prilagajajo uresničevanje ciljev posameznim učencem oz. skupinam učencev. Poročajo, da učnih ciljev, ki se dotikajo socialno-čustvenega razvoja učencev, ne morejo realizirati z izobraževanjem na daljavo.</p>	Poročilo/raziskava 100
	<p>** Vzorec sestavljajo učenci, ki obiskujejo osnovno ali srednjo šolo.</p>	<p><i>Učitelji:</i> Znanje učencev so najpogosteje vrednotili z ustnimi odgovori. Učitelji razrednega pouka so z večino učencev v dnevnem stiku ali vsaj nekajkrat tedensko. Učenci predmetnega pouka so z učitelji v stiku enkrat do večkrat tedensko. Pouk na vseh stopnjah so prilagodili učencem s posebnimi potrebami (v nadaljevanju PP). Na OŠ so vključili specialno pedagoginjo/učitelje, ki so posebej zadolženi za delo z določenim učencem s PP. Pouk so učencem s PP prilagodili predvsem s prilagajanjem časa, preverjanjem razumevanja, na razredni stopnji v večji meri tudi s prilagajanjem gradiva in načinom poučevanja. Kot prednost pri RP učitelji navajajo, da drugače vidijo, kaj je zares pomembno, da učenci znajo. Učitelji na PP menijo, da so nekatere učence bolje spoznali. Učitelji RP so navedli, da večino stvari pri uporabi digitalne tehnologije lahko naredijo samostojno, največ težav navajajo pri snemanju in deljenju spletnih predavanj. Na OŠ in SŠ je večina s kolegi v aktivu in izven aktiva dobro sodelovala, imela podporo ravnatelja/-ice, ki jih motivira pri izvajanju izobraževanja na daljavo. S starši so dobro sodelovali predvsem učitelji RP.</p>	

*** Vzorec sestavljajo ravnatelji osnovnih in srednjih šol.

Učenci: V večji meri je bil učencem pouk na daljavo všeč, vendar se jim je zdel nekoliko zahtevnejši. Predvsem v 2. vzgojno izobraževalnem obdobju (v nadaljevanju VIO) so učenci menili, da so naloge zanimive in da so pri pouku na daljavo ustvarjalni. Večina učencev je pogrešala sodelovanje s sošolci in razlago učiteljice. V času izvajanja pouka na daljavo so poročali, da se učijo podobno kot prej. Na srednjih šolah so bili učenci redkeje deležni povratne informacije. V primerjavi z učenci v 2. in 3. VIO, so poročali o slabšem razumevanju navodil učiteljice. Večina učencev ni imela težav z računalnikom, drugo opremo (slušalke, internet, ...) ali s prostorom, kjer bi se učili. Priložnosti, ki so jih prepoznali učenci in dijaki so se nanašala na to, da lahko preko dneva sami razporejajo delo in da lahko jutraj dlje spijo. Dobri tretjini učencev je bilo pri pouku na daljavo všeč, da jim ni bilo potrebno nastopati pred sošolci. Pomoč staršev (ali drugih članov družine) pri delu so izpostavili predvsem učenci 2. VIO. V odnosu z učiteljem so učenci OŠ in SŠ imeli občutek opore (se nanj lahko obrnejo z vprašanjem, jim je mar zanje...).

Ravnatelji: Na šolah so večinoma izvajali pouk v skladu z obstoječim urnikom ali pa so v dogovoru z učitelji pripravili prilagojen urnik. Potrebe za dodatno znanje pri podpori učiteljev so se pojavile predvsem pri motivaciji za delo na daljavo ter načinih in oblikah ocenjevanja (predvsem SŠ). Podpora strokovnim delavcem so večinoma nudili vsakodnevno. Izvajalci usposabljanja strokovnih delavcev za izobraževanje so bili predvsem ravnatelj in računalničar, ter tudi eden ali več učiteljev iz šole (predvsem SŠ). Učitelji so največ podpore potrebovali pri: 1) načinih in oblikah ocenjevanja ter preverjanja znanja na daljavo; 2) motiviranju učencev na daljavo; 3) metodah in oblikah dela z učenci na daljavo. Nekateri učitelji so potrebovali podporo tudi pri načinih komunikacije z učenci o njihovih stiskah. Po mnenju ravnateljev imajo največ vrzeli pri delu z IKT orodji na OŠ.

Socialni delavci so se med izbruhom Covid-19 soočali predvsem z naslednjimi etičnimi izzivi: 1) Kako na daljavo ustvariti in vzdrževati zaupne in empatične odnose z uporabniki socialnih storitev; 2) kako prioritizirati potrebe uporabnikov; 3) Kako uskladiti pravice, potrebe in tveganja uporabnikov z osebnimi tveganji socialnih delavcev; 4) katere politike upoštevati in kdaj uporabiti lastno strokovno presojo; 5) kako prepoznati in se spoprijeti z čustveno in telesno preobremenjenostjo.

Uporabniki socialnih storitev.

/

Poročilo

36

Ethical challenges for social workers during Covid-19: A global perspective

Sarah Banks, Tian Cai, Ed de Jonge, Jane Shears, Michelle Shum, Ana M. Sobočan, Kim Strom, Rory Truell, Maria Jesús Úriz, Meriinda Weinberg

*Vzorec sestavljajo socialni delavci iz celega sveta (54 držav).

Učni proces v času epidemije COVID-19	Teja Bedene, Urška Beg, Tian Brun, Izabela Gojnić, Laura Jereb, Katja Kavšek, Nina Kermeč, Pia Lucija Kos, Neli Kovšca, Vesna Kozarinova, Ana Kuder, Ines Lebar, Lučka Markič, Brina Plavšič, Katja Povše	/	Najpogostejši izzivi staršev in osnovnošolskih otrok pri učenju na daljavo so bile : 1) težave povezane s socialno izolacijo; 2) pomanjkanje motivacije za učenje; 3) težave z organizacijo dneva in učne snovi in 4) preobremenjenost. Starši so imeli občutek, da se otroci brez njihove vpletenosti ne bodo mogli spopadati s šolskimi izzivi.	/	Napotki za pomoč pri delu z osnovnošolskimi otroki za Spletna stran soočanje s težavami socialne izolacije vključujejo predvsem: 1) ohranjanje stikov z najbližjimi preko spletnih omrežij ali telefona; 2) posluževanje tehnik čuječnosti, kot so meditacija in dihalne tehnike; 3) prestrukturiranje negativnih avtomatskih misli; 4) znižanje svojih pričakovanj o vzdrževanju stikov in druženju; 5) namenjanje več časa hišnim ljubljencem in otrokom.	/
	Mentorstvo: prof. dr. Vlasta Novak Zabukovec		Starši so poročali, da so s težavo otrokom pojasnili zakaj ne smejo v šolo in pouka ne izvajajo učitelji, a morajo kljub temu opraviti vse šolske obveznosti. Izziv s katerimi so se soočali starši in otroci je bila tudi zasutost z informacijami.		Starši se morajo zavedati, da so otroku lahko vzor za spopadanje s težavami in otroka spodbujati k pogovoru. Za pomanjkanje motivacije avtorji svetujejo: 1) oblikovanje prijetnega okolja; 2) pogovor z otrokom o čustvih; 3) skupno ocenjevanje učnega dne; 4) vztrajnost staršev pri delu in 5) omogočanje zabavnih aktivnosti po koncu učnega dne. Za soočanje s težavami z organizacijo dneva in učne snovi avtorji predlagajo: 1) določitev primerne prostora za učenje; 2) strukturiranje urnika in vzpostavitev dnevne in tedenske rutine; 3) omogočanje časa za počitek med učenjem; 4) spodbujanje osredotočenosti v krajših intervalih; 5) vključevanje gibanja v dnevno strukturo otroka; 6) uporaba ustreznih metod za organizacijo in 7) določanje prioritete, oblikovanje seznamov opravil, postavljanje ciljev ter spodbujanje aktivnega učenja. Pri soočanju s preobremenjenostjo, avtorji staršem svetujejo, naj si vzamejo čas zase, preizkusijo meditacijo in si obveznosti razdelijo. Pri soočanju otrok s šolskimi izzivi, je dobro, da se starši izognejo »samouresničujoči se prerokbi«, pustijo otroku dovolj osebnega prostora, svoj pristop prilagodijo glede na razvojno stopnjo otroka, ga učijo konkretnih strategij in tehnik s katerimi lahko sami najdejo rešitve, so otrokom vzor vedenja, ga vprašajo, kakšen način pomoči mu ustreza in svoja navodila uskladijo z učiteljevim. V času izbruha epidemije naj starši spremljajo otrokovo vedenje, pri razlagi situacije uporabljajo nežen ton glasu in izločijo nepomembne informacije, na preprost način pojasnijo simptome in jih učijo pravilne higiene, vzdržujejo vsakodnevno rutino, spodbujajo telesno aktivnost in se izogibajo stigmatiziranju. Da bi se lažje soočali z zasutostjo z informacijami, naj se starši izognejo stalnemu preverjanju novih informacij, omejijo dražljaje in se umaknejo v tišji del stanovanja, preverjajo lastno počutje ter se o neprijetnih in begajočih mislih pogovarjajo. Avtorji navajajo tudi uporabne spletne strani, kamor se lahko starši in otroci obrnejo po pomoč.	
Odziv na epidemijo v vojaških družinah: Pomen podpore na različnih socio-ekoloških ravneh	Janja Vuga Beršnak, Alenka Švab, Živa Humer, Ljubica Jelušič, Jelena Juvan, Klemen Kocjančič, Andreja Živoder, Bojana Lobe	N= 316*	Družine s predšolskimi in šoloobveznimi otroki se srečujejo z večjimi težavami zaradi zaprtja šol in vrtcev v primerjavi z drugimi družinami.		Ukrepe na makroravni potrebno bolj podrobno prilagoditi družinam z mlajšimi otroki (predšolskimi ali šoloobveznimi).	Znanstveni članek
			Družine z mlajšimi otroki (predšolskimi in šoloobveznimi); enostarševske družine; velike družine.			19

*Vzorec sestavlja 295 zaposlenih v Slovenski vojski in 23 udeležencev, kjer so poleg njih v Slovenski vojski zaposleni tudi njihovi partnerji

Največ težav imajo zaradi umika širše sorodstvene podpore družine s predšolskimi otroki.

			Večje težave predstavlja odsotnost podpore vzgojnih, izobraževalnih in varstvenih zavodov kot odsotnost podpore širšega sorodstva in starih staršev. Dodatna obremenitev za starše s šoloobveznimi otroki je pomoč otrokom pri izobraževanju od doma. Udeleženci so poročali, da ukrepi (Slovenske vojske in države) niso v zadostni meri naslavljali družine s predšolskimi ali šoloobveznimi otroki in v času epidemije niso imeli na voljo nobenih oblik podpore za varstvo ali izobraževanje.			
Priprava osnovnih šol na novo šolsko leto – pogled staršev	Zveza aktivov svetov staršev Slovenije	/	Ugotovitve po petem tednu izvajanja izobraževanja na daljavo	Pričakovanja staršev	Poročilo/raziskava	9
			Večina učencev je imela doma vso potrebno opremo za izvajanje šolanja na daljavo. Desetini udeležencev je pri opremitvi nekaj manjkalo. Najpogosteje so bili to tiskalniki in razne potrebščine. Večji delež otrok je uspel redno opraviti naloge, ki jih je poslal učitelj. Za otrok, ki niso uspeli redno opraviti nalog so starši navedli sledeče razloge za le-to: 1) otroci so potrebovali pomoč staršev, ki jim jo ti med tednom niso mogli nuditi; 2) nalog je bilo preveč ali pa otroci zanje niso imeli motivacije in so z delom odlašali; 3) otroci si niso znali organizirati dela ali pa je bil domači računalnik zaseden. Več pomoči so starši nudili otrokom iz nižjih razredov. Količina nudene pomoči je z višanjem razreda otroka padala.	Za pouk na daljavo je potrebno opremiti učence, ki še nimajo te možnosti.		
			Večina otrok je naloge in navodila za le-te prejela vsak dan sproti ali enkrat na teden. Staršem se je zdelo, da je bolje, če učitelj naloge in navodila pošilja vsak dan.	Potrebno je vzpostaviti in okrepiti komunikacijo učiteljev z učenci in starši. Pri mlajših otrocih predlagajo govorno komunikacijo, dobrodošel je tudi video stik. Slednji je lahko v obliki posnetkov, ki niso nujno predvajani v živo. Ustna naj bo razlaga zahtevnejše snovi za zadnjo triado OŠ. Učitelji naj staršem dajo povratno informacijo kateri učenci delajo za šolo in koliko.		
			Večina učiteljev je pri učencih redno preverjala kako jim gre učenje na daljavo.	Učitelji in šole naj poenotijo način pouka na daljavo. Uravnaj se količina snovi, ki jo morajo učenci usvojiti pri pouku na daljavo. Izvajanje pouka na daljavo naj bo le skrajna možnost. Pouk naj se raje prilagodi na druge načine (npr. Ločevanje skupin). Natančno naj se določijo modeli pouka in kriteriji le teh. Pouk bi lahko potekal tudi s kombiniranim poučevanjem. Pri tem bi bila ena polovica učencev prisotna pri pouku v šoli, druga polovica pa bi pouk spremljala preko videokonference. Pouk naj bo prilagojen na način, da se v enem dnevu izvede manj predmetov. Predmeti, ki zahtevajo manj ur na teden pa naj se izvedejo v blokih ur. Uvede naj se tudi več skupinskega dela. IKT orodja za izvajanje pouka na daljavo naj se poenotijo. Na ta način bi razbremenili učence, sistemi pa se ne bi porušili v kolikor bi jih uporabljalo več učencev hkrati. Izvede naj se usposabljanje učencev in učiteljev za uporabo IKT orodij.		
			Približno 40% staršev je poročala, da učitelji pretežno komunicirajo z otroki neposredno (v pisni obliki, videokonferenčne povezave, po telefonu). Četrtnina staršev poročala, da učitelji komunicirali predvsem z njimi. Učitelji so otrokom vsaj enkrat na teden podali povratne informacije, ki so jim služile kot vodilo pri nadaljnjem učenju.	Izvajajo naj se »stresni testi«, kjer bi šole za nekaj dni prešle na pouk na daljavo. S tem bi preverili kako dobro so vsi vpleteni v šolanje pripravljani na delovanje pouka na daljavo (od opreme do usposobljenosti učencev in šol). Oblikovanje nacionalne »knjižnice« video predavanj. Ta bi zajemala različna e-gradiva učne snovi. Za boljšo organizacijo snovi bi bilo zaželeno ustvariti eno spletno vstopno točko z dnevnim urnikom. Na ta način bi bili učenci sistematično vodeni skozi učne aktivnosti.		
			Starši so bili v povprečju bolj zadovoljni kot nezadovoljni z izobraževanjem na daljavo in so menili, da so bili njihovi otroci pri tej obliki šolanja uspešni. Čeprav so se starši počutili kompetentni pri poučevanju, so poročali, da za nudenje pomoči otrokom porabijo veliko časa, čez dan pa se tudi težje organizirajo.	Pouk na daljavo bi lahko izvajali v sodelovanju s slovenskimi televizijskimi mrežami (npr. Prenos pouka na daljavo).		

Izzivi staršev pri šolanju na daljavo: 1) močna obremenjenost staršev in doživljanje stisk; 2) pomanjkanje vizije pouka na daljavo; 3) opremljenost družine z informacijsko tehnologijo; 4) ustrezna organizacija izobraževanja na daljavo (količina in razdrobljenost snovi, poenotenje načina posredovanja navodil); 5) komunikacija med učiteljem in učencem; 6) želja po pogostejši vidni in slušni komunikaciji; 7) motiviranje učencev; 8) intenzivnejše sodelovanje učiteljev s starši.

Staršem podajati več povratnih informacij o delu in napredku njihovega otroka pri pouku.