

**НЕПРИСЪСТВЕНА ФОРМА НА ОБУЧЕНИЕ В УСЛОВИЯТА НА COVID-19**

Милен Замфиров Замфиров, Маргарита Ангелова Стефанова-Бакрачева  
Цецка Димитрова Коларова, Екатерина Неделчева Софрониева,  
Милена Любенова Блажиева  
Софийски университет „Св. Климент Охридски“, ФНОИ, София

**WORKING AND LEARNING ONLINE DURING COVID-19**

Milen Zamfirov Zamfirov, Margarita Angelova Stefanova-Bakracheva  
Tsetska Dimitrova Kolarova, Ekaterina Nedelcheva Sofronieva, Milena Lyubenova Blajieva  
Sofia University St. Kliment Ohridski, Faculty of Educational Studies and the Arts, Sofia

**Abstract:** The present article outlines the results from several studies, conducted prior to and after the emergency related to COVID-19 in Bulgaria. They all aim at describing how different groups of volunteers – general population, teachers, school and university students – adapt to the new situation and what their attitudes towards online and blended forms of training are. Based on our research findings, designated to advocate the most adaptive framework for crisis management, has been proposed here. The general conclusion of our studies is that all participants in the survey, regardless of their age or gender, exhibit similar patterns of behaviour and reactions during the four month period of COVID-19 outbreak. This is a clear indication that a broad framework to support the whole community should be sought. One of the findings is that in an ambiguous and non-predictable context, highly dependent on the global course of the pandemic, participants in the educational process feel secure when they know they can achieve their set educational short-term or mid-term goals, like for example, finish the school or university year. Another conclusion is that in order to feel secure and successful, participants need to have a sense of control over their own lives, which can be achieved and enhanced by a positive and supportive environment which can assure flexibility.

**Keywords:** remote learning, online training, blended training, crisis management.

**Цел на доклада**

Целта на този доклад е да се представят резултати за живота в условията на пандемия от няколко изследвания, провеждани с участието на ФНОИ, СУ Св. Климент Охридски, като най-значими са аспектите от изследванията, свързани с формата на обучение, която наложи то да се провежда неприсъствено. В настоящата разработка се прави опит да се изведе общото, което се откроява в различните времеви периоди през изминалите четири месеца относно цялата популация, учителите и преподавателите, учениците и студентите.

Пандемията, свързана с коронавирусното заболяване, е христоматиен пример за социална криза, но с допълнителното затруднение, че тя е с глобален мащаб и продължителен характер. За образователната система това поставя нови измерения в търсенето на адаптивно решение за протичане на процеса на обучение на всички нива, без да се цели намирането на устойчив модел или дългосрочен механизъм.

В моменти на криза на преден план излиза влиянието на конкретната ситуация и обстановка, като промените налагат адаптиране и реактивни стратегии за справяне със стреса, които да дадат основа за проактивни решения и готовност за справяне в по-продължителен аспект. Това обосновава водещата идеята, че общите моменти, а не фокусът върху специфичното, очертават линията, която може да доведе до по-обхватно разбиране на конкретните потребности, които следва да бъдат адресирани по посока подкрепа на участниците в процеса на обучение и адаптация към продължаване на живота в условията на пандемичната криза и ефективно планиране на процеса на обучение.

Основание за това е и фактът, че за периода от 8 март 2020 г. (датата на обявяване на първия случай на заразен с коронавирус в България) до момента, наблюдаваме еднообразна динамика в реакциите, доверието към правителството и медиите и готовността за спазване на мерки от страна на всички, независимо от възрастовата група, професионална принадлежност и индивидуални диспозиции. Моделът на по-

ведение, който се очертава до момента и е еднообразен за различните възрастови групи, пол и други индивидуални особености, е първоначална висока степен на страх, съчетана с повишаване на степента на доверие в мерките на правителството и медиите. След първоначалния период на адаптация емоциите все повече се изместват от рационализирането и търсенето на обяснителен модел и претегляне на посланията. Това води до все по-ескалиращ гняв, спадане на доверието към правителството и недоволство от предприетите мерки и управление на кризата. Ситуация като тази предполага пасивен копинг – изчакване, което се демонстрира в когнитивно и поведенческо дезангажиране и позитивни мисли в дългосрочен план. Те се подкрепят от това, което помага на хората на индивидуално ниво да поддържат субективния си вътрешен баланс – възстановяване на усещането за контрол върху ситуацията, което се получава посредством ежедневното организиране на задачите и резултиращото усещане за справяне. В много случаи това води до вдъхновение от преодоляване на предизвикателствата, подчертано и от учителите, и от учащите, и от общата извадка. Всичко това като обща рамка остава в основата си подчинено на индивидуалното изражение на кризата, а именно – в каква финансова ситуация са поставени респондентите. Тези, които не са загубили работата си и не съществува непосредствена заплаха от това, поддържат описаната по-горе стратегия. Останалите без доходи или в заплаха от това имат съвсем различен поглед. Също така, ограниченията и отговорното поведение в основна степен се дължат на убеждението на хората, че тази ситуация няма да продължи дълго и просто трябва да бъде изтърпяна и в емоционалния баланс – преживяването едновременно и на положителни, и на негативни емоции.

### **Поглед към изследванията в ситуацията на криза**

Неизчерпателният обзор на изследванията на други институции, който описва общата картина на адаптация към живота в условията на COVID-19 в България от април<sup>1</sup>, май<sup>2</sup> и юни<sup>3</sup>, разкрива, че половината участници одобряват действията на правителството в битката с коронавируса, но изтъкват, че времето в дома се отразява неблагоприятно на физическото и психическото им състояние и споделят песимистични нагласи спрямо икономическото развитие. През юни 76% от анкетираните са на мнение, че България се е справила с овладяването на епидемията от коронавирус, а две трети са се върнали напълно към нормалния си начин на живот.

Резултати от март<sup>4</sup> и май<sup>5</sup> 2020 г. свидетелстват, че изследваните лица успяват овладяват тревожността си и преживяването на стрес, като същите са свързани в по-висока степен с очакваните икономически последици, отколкото със заплахата от зараза с коронавирус. Най-негативни чувства (тъга, тревога, страх и паника) изживяват младежите до 29 години, които и в най-ниска степен търсят емоционална подкрепа<sup>6</sup>.

Изследванията с участието на ФНОИ, СУ Св. Климент Охридски, са консистентни с очертаните посоки. Първото изследване<sup>7</sup> е проведено през първите два дни след обявяване на първите официални случаи на заразени с COVID-19 в България, следващите са проведени по време на извънредната ситуация – със студенти, ученици и учители<sup>8</sup> и след преминаването в епидемиологична обстановка<sup>9, 10</sup>.

В началото на кризата конспиративните обяснителни модели не се радват на особена популярност, но още на този етап – преди въвеждане на извънредното положение, повечето от участниците споделят мнението, че темата се преекспонира от медиите и това води до паника. В същото време 40% смятат, че държавата взема адекватни мерки и насочват притесненията си в две посоки – здраве и финансово оцеляване<sup>7</sup>. Именно това разграничение се развива през целия период и води до нарастване на изпитвания гняв, който измества страха и ескалира в протестите от юли. В периода преди и след обявяването на извънредното положение много бързо фокусът на внимание от прикован изцяло върху коронавируса отстъпва на други теми в отговор на адаптирането към ситуацията. Конкретните тревоги са свързани със страха от смъртта, от загуба на любим човек, за личното здраве, от финансови проблеми, от непознатото. Основна причина за тревога при младежите, която води до висок гняв, е липсата на контрол над ситуацията, усещането за несигурност и безнадеждност, а копингът е в постоянната ангажираност. Тази стратегия за справяне и преживяване на ситуацията се потвърди и в проучването на учители<sup>11</sup> и ученици<sup>12</sup>. Възприемането „справяне с предизвикателствата“ води до чувство на вдъхновение, когато е в рамката на очакване за ограничен период от време. За по-дълъг период картината би била различна, а именно – за да се запази това състояние, трябва да бъдат удовлетворени потребностите от сигурност и чувството за контрол върху живота.

Учениците като цяло споделят както мнението, че ситуацията е много опасна, така и че всичко е лъжа и манипулация и изпитват много гняв от наложените рестрикции. Гневът е предпоставка за по-високата степен на споделяне на конспиративни теории вследствие на недоволството и съмненията, породени от посланията на официалните източници и правителството и постепенен отказ от спазване на ограничения-

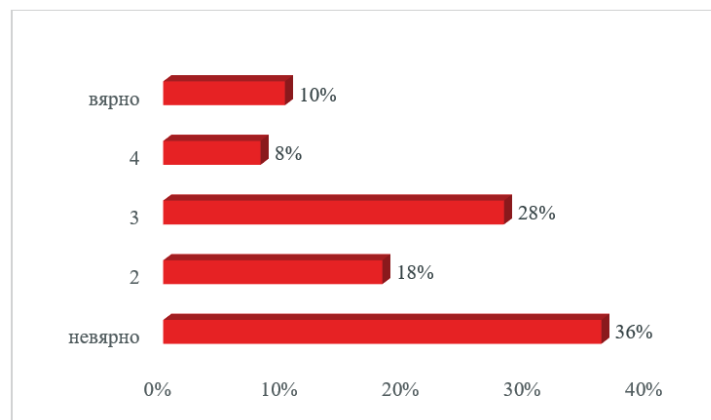
та<sup>12</sup>. Това се потвърждава и при възрастните като предпоставка за по-високо разпространение на конспиративните нагласи в България в сравнение с други страни<sup>10</sup>.

### Резултати от проведените изследвания

Екипът на доклада приоритетно очертава някои частични резултати от проведени изследвания в различни периоди от протичане на кризата, свързана с пандемията от COVID-19 с различни групи респонденти. Първото изследване е с 301 лица на възраст 20-70 години от юни 2020 г.<sup>9</sup>. Второто изследване е с 1394 учителя от цялата страна в различни образователни степени и вид училища<sup>11</sup>. Третото изследване обхваща 801 ученика на възраст 15-19 години от цялата страна<sup>12</sup>. Четвъртото изследване е с 531 души на възраст от 30 до 70 г. и 103 младежи (21-25 години)<sup>8</sup>. Адресираните въпроси са: 1) Кои са общите моменти в начина на оценяване на неприсъственото обучение; 2) Кои са факторите, които са в основата на възприемане на новата форма на обучение; 3) Кое е общото в реакциите и от какво се нуждаят респондентите. Определяйки този фокус, става възможно да се очертае картината на основните групи потребности в краткосрочен и дългосрочен план за обучаващите и обучаваните, които следва да бъдат отчетени с цел подготовка за продължаване на учебния процес в условията на Covid-19.

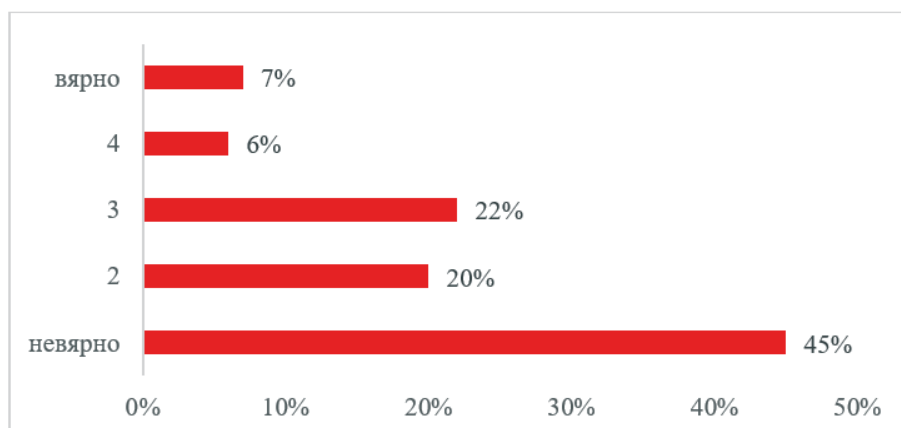
### Нагласи на общата група респонденти<sup>9</sup> към неприсъственото обучение и организиране на времето в условията на криза

Като цяло отношението на изследваните през юни 2020 г.<sup>9</sup> респонденти по отношение на наблюдаваните резултати от принудителното провеждане на обучението в неприсъствена форма е, че то е по-скоро неефективно. Резултатите са неравномерно разпределени ( $\chi^2=78,352$ ;  $p<.000$ ). Общата оценка на външните наблюдатели за начина на провеждане на неприсъственото обучение е, че повече от половината не смятат, че неприсъственото обучение е обогатило децата, една трета смятат, че може донякъде да ги е обогатило, а положителна оценка дават една пета от респондентите (фиг. 1).



Фигура 1. Дистанционното образование в условията на Covid-19 обогати децата

Относно резултатите от неприсъственото обучение резултатите също са неравномерно разпределени ( $\chi^2=151,276$ ;  $p<.000$ ): 65% споделят възгледа, че неприсъствената форма не дава по-добри резултати за децата, една пета нямат ясно изразено мнение, а 13% смятат, че това е добра форма (фиг. 2).



*Фигура 2. Неприсъственото образование дава по-добри образователни резултати за децата*

По отношение на адаптирането към новите условия на работа и живот като цяло оценката на изследваните лица е, че не успяват да организират времето си по удовлетворителен за тях начин и дистанционната работа не е удоволствие за тях.

Повече от половината от изследваните лица не успяват да организират времето си по удовлетворителен за тях начин, по една пета не са с категорично мнение и смятат, че се справят добре ( $\chi^2 = 13,203$ ;  $p < .010$ ). Половината изследвани лица отговарят, че дистанционната работа не е това, което искат, една четвърт нямат ясно изразено мнение; удоволствие е за 27% от тях ( $\chi^2 = 53,136$ ;  $p < .000$ ).

Положителната оценка за резултатите от присъственото обучение на респондентите е свързана с начина, по който те самите се справят и намират удовлетвореност в дистанционната работа. Нагласата, че присъственото обучение е обогатило децата има висока положителна корелация с оценката, че тази форма е ефективна (.649;  $p < .000$ ), както и положителна връзка с оценката им, че дистанционната работа е удоволствие за самите тях (.431;  $p < .000$ ) и че организират времето си ефективно (.381;  $p < .000$ ). Удовлетвореността от организирането на времето и дистанционната работа са свързани с по-високото психично благополучие (.286;  $p < .000$  и .167;  $p < .004$  респективно) и слабо отрицателно с възприемания стрес от участниците (-.130;  $p < .024$  и -.116;  $p < .044$  респективно). 30% от всички респонденти поставят образованието като въпрос, който е най-важен за тях към м. май 2020 г.

Нагласи на учителите<sup>11</sup> към присъственото обучение и организиране на времето

Само 13% от учителите са склонни да подкрепят твърдението, че учениците се справят по-добре с присъствената форма на обучение, половината не изразяват конкретно мнение, а 38% са несъгласни справят по-добре с тази форма ( $\chi^2 = 65,875$ ;  $p < .000$ )<sup>11</sup> (фиг. 3).



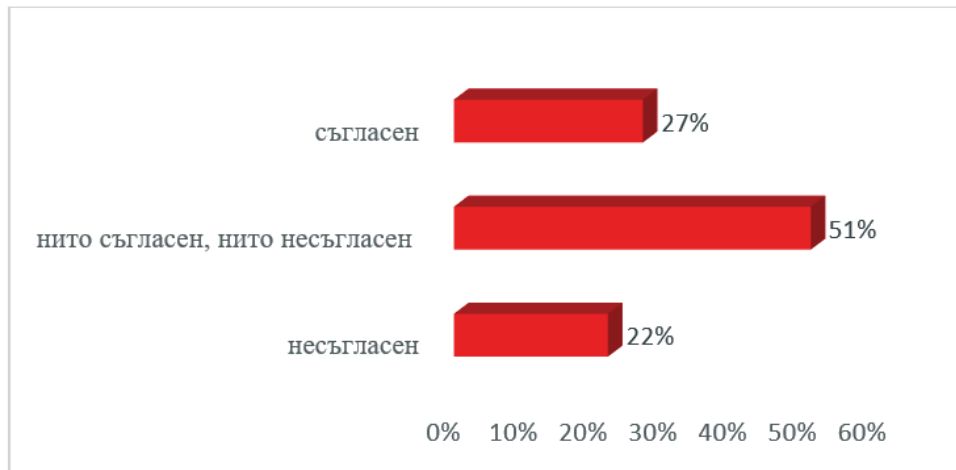
**Фигура 3. Учениците се справят по-добре с присъствената форма на обучение**

**По отношение на адаптацията оценката на учителите е основно, че те успяват да се адаптират много бързо, което се споделя от почти половината от тях, следвани от тези, които не са нито съгласни, нито несъгласни и 15%, които не смятат, че това е така ( $\chi^2 = 58,765$ ;  $p < .000$ ) (фиг. 4).**



Фигура 4. Учениците се адаптират много бързо към дистанционното

По отношение на отговорността на учениците към учебния процес резултатите също са неравномерно разпределени. Според една трета от учителите учениците проявяват повече отговорност в неприсъствената форма на обучение, половината не са нито съгласни, нито несъгласни и в допълнение посочват, че който е бил отговорен преди, е отговорен и сега, а 22% споделят мнението, че учениците са по-малко отговорни ( $\chi^2=45,167; p<.000$ ) (Таблица 5).



Фигура 5. Учениците са по-отговорни в дистанционната форма на обучение

Организираността на ежедневието при учителите е свързана положително с усещането им за контрол над ежедневните задачи (0,465;  $p<.000$ ) и отрицателно със степента на възприеман стрес (-,183;  $p<.005$ ). Колкото е по-висок възприеманият стрес, толкова по-ниско е усещането за контрол над ежедневието (-,246;  $p<.005$ ). Това е свързано и с оценката им за учениците. Колкото по-добре смятат, че се справят учителите, толкова по-висока е оценката им че учениците се адаптират бързо (.317;  $p<.000$ ) и справят добре (.493;  $p<.000$ ) и че проявяват отговорност към процеса на обучение (.117;  $p<.005$ ). Справянето от страна на учениците е свързано с бързата им адаптация (0,428;  $p<.000$ ) и проявата на отговорност към ученето (0,465;  $p<.000$ ).

Начинът, по който учителите се чувстват, е доста поляризиран. 82% от учителите отговарят, че успяват да организират ежедневието си спрямо 18%, които не успяват ( $\chi^2=107,288$ ;  $p<.000$ ). 57% от учителите посочват, че често са изнервени, следвани от 34%, които посочват, че се чувстват така понякога и 8%, които никога не са изнервени и стресирани ( $\chi^2=120,755$ ;  $p<.000$ ). Да контролират ежедневието си успяват една пета от учителите, 60% понякога се справят с това, а една пета никога ( $\chi^2=87,599$ ;  $p<.000$ ). 52% посочват, че успяват да се справят с новите предизвикателства, половината в известна степен, а 2% изобщо не успяват ( $\chi^2=129,110$ ;  $p<.000$ )<sup>11</sup>. Получените емпирични данни илюстрират негативното отражение на неприсъствената форма на работа върху личния живот на учителите, които изпитват затруднения в баланса със семейните задължения, ангажира се много голяма част от личното им време и от времето им въобще за подготовка на материали, работа с учениците, служебни ангажименти.

#### Основни проблеми на участниците в обучението<sup>12,11,8</sup>, свързани с провежданата до момента неприсъствена форма

По отношение на училището и обучението учениците оценяват, че училището се изживява като липса, която се дължи на липсата на общуването, докато неприсъственото обучение – като източник на умора, гняв и усещане за пропуснати знания<sup>12</sup>. В този контекст децата споделят: „Бих искал да отпратя послание към МОН с молба да намалят онлайн обучението и да го направят по-малко стресиращо и отнемащо време. Също така някои учители прекаляват със задачите си и смятат, че имат право да си правят каквото искат с учениците, независимо от ситуацията“; „Нека бъдем честни...почти никой няма да седне да си учи уроците сам – все пак за това е училището и учителите, които през последния месец и нещо само искат без да дават насреща“; „Честно имам чувството, че учителите нарочно ни дразнят и в скоро време ще откажа да правя каквото и да е“; „Открих, че на учителите ни не им пука за нас.“<sup>12</sup>.

По отношение на неприсъственото обучение се наблюдава ескалиращо недоволство на учениците, породено от факта, че не получават адаптирано онлайн съдържание в средата, която е най-позната за тях. Това е в противоречие със ситуацията, в която са поставени учителите – без достатъчно ресурси и време

за подготовка – и очакването да посрещнат нуждите и да бъдат атрактивни. Тийнейджърите възприемат това като „предателство“. Те чувстват, че учителите присъстват само формално, изискват от тях без да дават, а това води до пропуски в знанията, като задълбочава и пропастта между тях. Това потвърждава необходимостта учителите да се приспособят към дигиталната среда, като адаптират и учебното съдържание<sup>12</sup>.

Като цяло учителите изтъкват като основен проблем, че ежедневието им е значително по-натоварено. Даването на домашни задачи, което е повод за оплакване от учащите, също е свързано с допълнително време за преглеждане и оценяване. Основният проблем, който учителите посочват, е че дистанционната работа е много времеемка, което силно фрустрира баланса „професионален – личен живот“ и изисква мобилизиране на всички ресурси. Те оценяват действията на Министерството на образованието и науката в подкрепа на въвеждане на дистанционната форма се оценяват на първо място като недостатъчни, следвани от необмислени, адекватни, достатъчни и неправилни<sup>11</sup>.

Акцент, поставен основно от преподавателите във ВУЗ, е и липсата на обратна връзка от страна на студентите, както и фактът, че продължително време говорят на екрана, без да знаят има ли друг от срещнатата страна. Присъствената форма се отчита като липса от всички участници в обучителния процес. Тя е предпочитана не само заради комуникацията лице в лице, но и като форма, която е адаптирана и доказала ефективността си и по отношение на предаване на новия материал<sup>8</sup>.

Очевидно, кризата и неочакваното стечение на обстоятелствата поставя всички в ново положение, независимо от предпочитанията и начина на ползване на техническите средства, в условия, които изискват нов начин на работа, за който нито една от страните не е подготвена и не е имала време да се адаптира. Това ясно сочи основната задача, а именно необходимостта начинът на поднасяне на новото съдържание да бъде адаптиран, като се намери и балансът между поставяните задачи за самоподготовка и времето за тяхното изпълнение.

#### **Общо отношение към условията на кризата, предизвикана от пандемията**

Общ момент независимо от периода (по време на и след извънредното положение), еднакъв за всички изследвани групи е, че стратегията за адаптиране е в намирането и преживяването и на положителни, и на негативни моменти, което намалява тревожността, свързана на първо място с финансите, възможността за поставяне на цели и реализация на плановете и здравето. До голяма степен това се подкрепя и от увереността, че рано или късно ситуацията ще се върне към нормалната и относително краткия период до момента, както и от усещането за предстоящо лято. Реакцията може да се опише общо в спад в доверието и пасивност като стратегия на когнитивно и поведенческо дезангажиране като копинг. Това протича на фона на нарастващ гняв.

Изразената позиция, която обобщава тревожността, е „Не знаем колко дълго ще продължи днешната ситуация, всичко, за което бяхме сигурни, днес вече не е сигурно. Не знаем как ще завършим. Кога ще тръгнем пак на училище. Доста хора няма да ходят на ваканция това лято, а други ще изгубят близки. Времето е притеснително за всички, особено за юношите, които губят много от това което преди още месец наричаха битов живот.“ „Все някога ще свърши кризисната ситуация. Повече ме е страх от това което ще се случи след това.... „ и неизвестното, но прието като даденост „Нищо няма да бъде както преди!“<sup>12</sup>.

#### **Дискусия**

Проведени са редица локални изследвания за рамките на системата на средното образование, на висшето образование, както и за оценката на родителите. Кризисното управление в системата на образованието и търсенето на връзка със ситуацията на пандемия е разгледано и в монографични трудове [1]. Всички те са важни и ценни и дават поглед и фокус върху идеята какво може да се подобри на локално ниво въпреки общата ситуация. Това, което може да се предложи, е извеждането на обща концепция, че успешната стратегия трябва да включва в замисъла си реакция към общата рамка, но в търсенето на локален начин за приложение, за да бъде истински ефективна. Ясните послания са много важни в ситуация на криза. Въпреки, че няма гаранции, че планираното ще бъде изпълнено, потребността от ясни параметри има важно психологическо въздействие. Важен въпрос, който притеснява също всички групи, е неизвестността и докога ще продължи тази форма. Разработването на ясни критерии за присъствена, неприсъствена и смесена форма на обучение, обвързана с ориентиращи цифри и възможност за локално прилагане, ще постави повече яснота и ще сваля част от напрежението. По този начин може да се запази гъвкавост и адаптивност в предлаганото решение и да се създаде усещане за сигурност, което е базова потребност, нахвърнена в значителна степен от ситуацията, през която обществото преминава. Другата по-

требност, която един такъв модел ще запълни, е очертаната стратегия в резултатите от проведените изследвания, която създава усещането за контрол над живота – организирането на ежедневието и справянето с предизвикателствата.

Ако се приложи класическия SWOT анализ за стратегическо планиране, може да се изведат следните оценки на ситуацията (Таблица 1):

Таблица 1. Анализ на ситуацията до момента

<p>силни страни</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-натрупан опит и предпочитани начини за комуникация;</li> <li>-познаване на формите на взаимодействие;</li> <li>изградени лични стратегии за организиране на учебния процес;</li> <li>-изградени лични стратегии за управление на времето, емоциите и удовлетвореността.</li> </ul>	<p>слабости</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-висока натовареност и за обучаващите, и за обучаемите;</li> <li>-недостатъци на платформите от технически характер;</li> <li>-липса на адаптирано за нуждите на дистанционно обучение съдържание.</li> </ul>
<p>Възможности</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-по-висока степен на самостоятелно гъвкаво вземане на решения;</li> <li>-посрещане на нуждата от сигурност и поддръжане на мотивацията чрез това;</li> <li>-намаляване на нивото на стрес и увеличаване на психичното благополучие чрез индивидуално адаптиране, което да осигури усещане за резултатност и справяне с предизвикателствата.</li> </ul>	<p>заплахи</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-обща неизвестност на начина на протичане на обучението;</li> <li>-зависимост от общата ситуация в глобален мащаб;</li> <li>-отражение на цялостната несигурност</li> <li>липса на съгласувани мерки и подкрепа на национално ниво.</li> </ul>

Всичко описано води до оформяне на два общи извода – първият извод засяга необходимостта от създаване на модел за готовност за реакция, който да бъде ясно комуникиран, за да посрещне поне в известна степен несигурността и да покаже, че има реална готовност и подготовка за адекватна реакция. За да бъде ефективна, тази комуникация трябва да бъде конкретна и достоверна, за да не подкрепя гнева, а да осигури необходимата сигурност на всички участници в процеса – обучавани, обучаващи и родители. Вторият извод засяга гъвкавостта, изразена в осигуряването на възможност за избор и посрещане на ежедневните предизвикателства на локално ниво.

В резултат от проведените изследвания ясно се очертава предпочитаната форма на обучение в условията на пандемичната криза – комбиниране на традиционната и неприсъствената форма на обучение. В тази връзка трябва да се посрещне не само ресурсната осигуреност, но и да се подкрепи възможността за създаване на адаптирано учебно съдържание. Това е основната предпоставка в момента за късане на връзката и доверието и задълбочаване на пропастта между обучаващите и обучаваните. Първите, обучаващите, са поставени в условия да реагират на момента, без да са имали задача и готовност в съдържателен аспект да подготвят качествено онлайн съдържание. Втората група, обучаваните, очаква с основание да получи именно това. Ефективността на работа може да се повиши с подкрепа и финансова осигуреност за допълнителното време, необходимо за подготовка на съдържание, което да осигури възможност за ефективно провеждане на неприсъственото обучение в реалната дистанционна форма. Така няма да се получава стресово краткосрочно подготвяне на задачи, които са допълнително натоварване и на двете страни в процеса на обучение, а реално адаптирано съгласно установените вече доказали успеха си в практиката форми за условията на ефективна и интерактивна опосредствана комуникация в онлайн среда.

Общата рамка, създаваща сигурност на мета-равнище и осигурената свобода и усещане за контрол като ежедневна стратегия за справяне със задачите и организиране на ежедневието, са препоръчаната от университетския изследователски екип основа за успешната адаптация и преминаване през кризата, както и за ефективно функциониране в условията на COVID-19. За постигане на ефективност, а не да задълбочава стреса на обучаващи и обучавани, са необходими управленска подкрепа (в организационен, времеви, правен и финансов аспект), за да може неприсъственото обучение да се доближи максимално до същинската концепция за дистанционната форма, която е в състояние да отговори на потребностите както на двете основни страни в процеса на обучение, така и на цялото общество.

**References:**

1. Gyoreva, R. (2020). School management in terms of crisis (in Bulgarian). Gabrovo: Ex-Pres.

**(Endnotes)**

1. <https://rctrend.bg/project/%d0%bd%d0%b0%d0%b3%d0%bb%d0%b0%d1%81%d0%b8-%d0%bd%d0%b0-%d0%b1%d1%8a%d0%bb%d0%b3%d0%b0%d1%80%d0%b8%d1%82%d0%b5-%d1%81%d0%bf%d1%80%d1%8f%d0%bc%d0%be-%d0%ba%d1%80%d0%b8%d0%b7%d0%b0%d1%82%d0%b0-%d1%81/> Attitudes of Bulgarians towards the crisis due to COVID-19 outbreak. Attitudes of Bulgarians towards the crisis due to COVID-19 outbreak.
2. <https://rctrend.bg/project/%d0%bd%d0%b0%d0%b3%d0%bb%d0%b0%d1%81%d0%b8-%d0%bd%d0%b0-%d0%b1%d1%8a%d0%bb%d0%b3%d0%b0%d1%80%d0%b8%d1%82%d0%b5-%d0%b2-%d1%81%d0%b8%d1%82%d1%83%d0%b0%d1%86%d0%b8%d1%8f%d1%82%d0%b0-%d1%81-%d1%80%d0%b0/> Attitudes of Bulgarians towards the crisis due to COVID-19 outbreak. Attitudes of Bulgarians towards the crisis due to COVID-19 outbreak.
3. <https://rctrend.bg/project/%d0%bd%d0%b0%d0%b3%d0%bb%d0%b0%d1%81%d0%b8-%d0%bd%d0%b0-%d0%b1%d1%8a%d0%bb%d0%b3%d0%b0%d1%80%d0%b8%d1%82%d0%b5-%d1%81%d0%bf%d1%80%d1%8f%d0%bc%d0%be-%d0%ba%d0%be-%d0%bd%d1%81%d0%bf%d0%b8%d1%80%d0%b0/> Attitudes of Bulgarians towards coronavirus and conspiracy theories.
4. [http://www.iphs.eu/n/images/design/sabitia/2020/Results\\_Quarantine\\_2020/Presentation%2028.2.1.pdf](http://www.iphs.eu/n/images/design/sabitia/2020/Results_Quarantine_2020/Presentation%2028.2.1.pdf) Stress and stress management in the conditions of coronavirus outbreak.
5. [http://www.iphs.eu/n/images/design/sabitia/2020/Prasentation-2\\_4.5.2020.pdf](http://www.iphs.eu/n/images/design/sabitia/2020/Prasentation-2_4.5.2020.pdf) Stress and stress management in the conditions of coronavirus outbreak.
6. <http://phls.uni-sofia.bg/article/3016> Subjective reactions towards COVID-19 outbreak.
7. [https://fnoi.uni-sofia.bg/wp-content/uploads/2020/04/Prouchvane\\_Naglas\\_i\\_sled\\_obyavyavane\\_na\\_parvite\\_sluchai.pdf](https://fnoi.uni-sofia.bg/wp-content/uploads/2020/04/Prouchvane_Naglas_i_sled_obyavyavane_na_parvite_sluchai.pdf) COVID-19: express research.
8. [https://fnoi.uni-sofia.bg/wp-content/uploads/uploads/2020/04/Prouchvane\\_Reaktsii\\_Izvanredno\\_polozhenie.pdf](https://fnoi.uni-sofia.bg/wp-content/uploads/uploads/2020/04/Prouchvane_Reaktsii_Izvanredno_polozhenie.pdf) Reactions during the COVID-19 emergency. COVID-19 international survey (Australia, Bangladesh, Bulgaria, China, Germany, India, Israel, Netherlands, Norway, Peru, USA, Singapore (in press)
9. [www.teach-erasmus.eu](http://www.teach-erasmus.eu); <https://www.facebook.com/TeachErasmus/> Targeting extremism and conspiracy theories.
10. <https://fnoi.uni-sofia.bg/wp-content/uploads/2020/04/DOKLAD.pdf> Bakracheva, M. & Y. Totzeva (2020). Educational communication in the terms of COVID-19 emergency.
11. <https://www.unicef.org/bulgaria/sites/unicef.org.bulgaria/files/2020-06/UNICEF%20-%20COVID%20and%20Teenagers%20-%20report.pdf> Summarized results for the subjective assessment and reactions of teenagers during the COVID-19 emergency.