

# EMOCIONALNOM INTELIGENCIJOM DO RAZVOJA ASERTIVNOG PONAŠANJA KOD DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

---

**Košara Grubiša, Danijela**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2022**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Pula / Sveučilište Jurja Dobrile u Puli**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:137:891963>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-02-01**



*Repository / Repozitorij:*

[Digital Repository Juraj Dobrila University of Pula](#)



Sveučilište Jurja Dobrile u Puli  
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

**DANIJELA KOŠARA GRUBIŠA**

**EMOCIONALNOM INTELIGENCIJOM DO RAZVOJA ASERTIVNOG PONAŠANJA  
KOD DJECE PREDŠKOLSKE DOBI**

Završni rad

Pazin, rujan 2022.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli  
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

**DANIJELA KOŠARA GRUBIŠA**

**EMOCIONALNOM INTELIGENCIJOM DO RAZVOJA ASERTIVNOG PONAŠANJA  
KOD DJECE PREDŠKOLSKE DOBI**

Završni rad

**JMBAG: 0303089314, izvanredna studentica**

**Studijski smjer: Rani i predškolski odgoj i obrazovanje**

**Predmet: Razvojna psihologija**

**Znanstveno područje: Područje društvenih znanosti**

**Znanstveno polje: Psihologija**

**Znanstvena grana: Razvojna psihologija**

**Mentorica: doc.dr.sc. Marlena Plavšić**

**Komentorica: Đeni Zuliani Blašković, v.pred**

Pazin, rujan 2022.



## IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisana Danijela Košara Grubiša, kandidatkinja za prvostupnicu Ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja ovime izjavljujem da je ovaj Završni rad rezultat isključivo mog vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio Završnog rada nije napisan na nedozvoljen način, odnosno da je prepisan iz necitiranog rada, te da nijedan dio rada ne krši bilo čija autorska prava. Izjavljujem, također, da nijedan dio rada nije iskorišten za bilo koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Studentica

---

U Puli, 27. rujna 2022. godine



## **IZJAVA**

### **o korištenju autorskog djela**

Ja, Danijela Košara Grubiša dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj Završni rad pod nazivom „Emocionalnom inteligencijom do razvoja asertivnog ponašanja kod djece predškolske dobi“ koristi na način da gore navedeno autorsko djelo, kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu s Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima i dobrom akademskom praksom, a radi promicanja otvorenoga i slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama.

Za korištenje autorskog djela na gore navedeni način ne potražujem naknadu.

U Puli, 27. rujna 2022. godine

Potpis

---

## SADRŽAJ

1. UVOD .....	1
2. EMOCIJE.....	2
2.1 Temeljne emocije kod predškolske djece.....	3
2.1.1. Sreća .....	3
2.1.2. Tuga .....	3
2.1.3. Ljutrja .....	3
2.1.4. Strah.....	4
2.1.5. Iznenadjenje .....	4
2.1.6. Gađenje .....	5
2.2. Prepoznavanje i izražavanje emocija .....	5
3. EMOCIONALNI RAZVOJ .....	6
4. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA .....	7
4.1. Razvoj pojma inteligencije.....	7
4.2. Podrijetlo emocionalne inteligencije .....	8
4.3. Kvocijent inteligencije, emocionalna inteligencija i njihovo mjerenje .....	8
4.4. Razvijanje emocionalne inteligencije kod djece .....	9
5. SAMOPOŠTOVANJE I SAMOPOUZDANJE.....	11
6. NENASILNO RIJEŠAVANJE SUKOBA.....	12
7. ASERTIVNOST .....	13
7.1 Kako podučiti djecu asertivnosti .....	14
7.2 Tehnike asertivnog samoizražavanja .....	16
8. ODGOJITELJ KAO MODEL .....	17
9. METODOLOGIJA RADA .....	18
9.1. Predmet istraživanja.....	18
9.2. Cilj i zadaci istraživanja .....	18
9.3. Sudionici .....	19
9.4. Metodologija pristupu istraživanja .....	19
9.5. Zapažanja .....	19
9.5.1. RADIONICA 1: PREPOZNAVANJE I IZRAŽAVANJE EMOCIJA .....	20
9.5.2. RADIONICA 2: PREPOZNAVANJE I IZRAŽAVANJE EMOCIJA .....	24
9.5.3. RADIONICA 3: SAMOPOŠTOVANJE .....	26
9.5.4. RADIONICA 4: SAMOPOUZDANJE .....	31

9.5.5. RADIONICA 5: NENASILNO RJEŠAVANJE SUKOBA.....	33
9.5.6. RADIONICA 6: NENASILNO RJEŠAVANJE SUKOBA.....	38
9.5.7. RADIONICA 7: ASERTIVNOST .....	39
9.5.8. RADIONICA 8: ASERTIVNOST .....	42
9.6 Rasprava.....	44
10. ZAKLJUČAK.....	46
LITERATURA .....	47
POPIS SLIKA .....	50
POPIS TABELA.....	51
SAŽETAK .....	52
SUMMARY .....	52

## 1. UVOD

S evolucijskog stajališta emocije igraju važnu ulogu u životu čovjeka; one imaju utjecaj na razne sfere našeg svakodnevnog života. Ono prema čemu usmjeravamo našu pažnju, što učimo i što pamtimo određuje naše emocionalno stanje. Izbori koje donosimo u određenim situacijama pod utjecajem su naših emocija. U društvenim odnosima emocije određuju kako interpretiramo osjećaje drugih ljudi, kao i naše osobne. Emocije igraju važnu ulogu i za naše zdravlje i izazivaju u našem tijelu razne fiziološke reakcije otpuštajući kemijske supstance koje utječu na naše tjelesno i mentalno zdravlje (Brackett, 2021).

Termin „emocionalna inteligencija“ prvi put se pojavljuje 1990. godine kod psihologa Petera Saloveya sa sveučilišta Harvard i Johna Mayera sa sveučilišta u New Hampshireu. Oni su tako nazvali skup emocionalnih osobina koji je značajan za uspjeh svakog pojedinca. Te osobine čine izražavanje i shvaćanje vlastitih osjećaja, vještina rješavanja problema u dogovoru s drugima, empatija, ljubaznost, poštovanje, fleksibilnost, samostalnost, omiljenost i prijateljsko ophođenje. Emocionalna inteligencija kao važan faktor uočen je najprije u području odgoja djece, dok je kasnije utvrđeno da ona u velikoj mjeri utječe na učinkovitost pojedinca na radnom mjestu i njegovim odnosima sa okolinom. Istraživanja pokazuju da dijete koje pokazuje trud u učenju i njegova razina prihvaćenosti u društvu od strane vršnjaka igra važnu ulogu u njegovom budućem životu i uspješnosti u poslovnim i obiteljskim odnosima (Shapiro, 2015).

Jedna od karakteristika koja je zajednička osobama sa razvijenom emocionalnom inteligencijom je asertivnost. Sam termin „asertivan“ sposobnost je osobe da s puno uvažavanja kaže ono što misli. Asertivna osoba sposobna je izraziti svoje želje ili svoja neslaganja na jasan način pri tome uvažavajući sugovornika (Bilbao, 2020).



## 2. EMOCIJE

Prema Oatleyju i Jenkins (2003:96) definicija emocije je: „Emocija je obično izazvana svjesnim ili nesvjesnim vrednovanjem nekog događaja kao bitnog za neki važan cilj; emocija se osjeća kao pozitivna kad se cilj ostvaruje, a kao negativna kad je ostvarivanje cilja zapriječeno. Srž emocije je spremnost na djelovanje i pravljenje planova; emocija daje prednost jednom ili više pravaca djelovanja za koje stvara osjećaj hitnosti - ona tako može prekinuti, ili se natjecati s alternativnim duševnim procesima ili djelovanjem. Različite vrste spremnosti stvaraju različite obrise odnosa s drugima. Emocija se obično doživljava kao poseban tip duševnog stanja, koje katkad prate ili za njima slijede tjelesne promjene, izraze i postupci“.

Jedan od važnih začetnika shvaćanja emocija je Charles Darwin. On je zapažanja emocija započeo 1838. godine. Njegov interes u vezi emocija bazirao se na tome da su one moguć dokaz evolucije ljudske vrste, povezanost ljudskog ponašanja sa životinjskim ponašanjem i fizičke osnove uma. Shvaćao je važnost međukulturalnih proučavanja te je u tu svrhu poslao niz pitanja u tiskanom izdanju misionarima i drugima koji su bili u mogućnosti promatrati ljude u drugim kulturama i od njih tražio da uočavaju pojedine emocionalne izraze. Dobio je natrag 36 odgovora. Darwinova knjiga „Izražavanje emocija“ bila je jedna od prvih knjiga u kojima su korištene fotografije. U suradnji sa fotografom Darwin je prikupio slike odraslih i djece prilikom prirodnog izražavanja emocija kao i onih glumljenih. Knjiga je sadržavala dva djela. Prvi dio je sadržavao broj opažanja i nalaza temeljenih na metodama koje je usvojio ili razvio. Te je na osnovi toga razvio taksonomiju dodjeljujući nazive glavnim emocionalnim izrazima kao što su: ljutnja, tuga, strah, prezir, ravnodušnost. Drugi je dio Darwinove knjige posvećen njegovim teoretskim zaključcima o emocijama (Oatley i Jenkins, 2003).

U današnje vrijeme na području univerzalnih facijalnih istraživanja dominira rad Paula Ekmana i njegovih suradnika. Emocije sreća, tuga, gađenje, iznenađenje, ljutnja i strah prihvaćene su kao „temeljne emocije“ koje su zajedničke svim ljudskim bićima (Rosenwein, 2015). Svaka emocija koja se pojavljuje donosi nam informaciju i signalizira o stanju onoga što se dešava u nama. Naša osjetila dovode informacije iz tijela, uma i vanjskog svijeta, a mozak analizira, procesira i definira naš doživljaj, te tako nastaje osjećaj (Brackett, 2021).

## **2.1 Temeljne emocije kod predškolske djece**

Temeljne emocije su jednostavne, nesvjesne i smatra se da su urođene. Brzo nastaju i kratko traju, a osim facijalnih ekspresija, sve one imaju zajedničko i to da se javljaju vrlo rano u razvoju te su zajedničke višim primatima i ljudima (Kovačević i Ramadanović, 2016).

### **2.1.1. Sreća**

Kada osoba smatra da je zadovoljila neku od svojih najvažnijih težnji pojavljuje se osjećaj sreće. Sama svrha sreće je ukazivanje pojedincu kako je postignut zadani cilj i tako ga se nagrađuje za uspješno postizanje navedenog cilja u vanjskom svijetu (Milivojević, 2010). Sreća pripada u skupinu primarnih emocija te se to stanje većinom veže za osjećaj zadovoljstva, užitka, oduševljenja, ponosa, euforičnosti ili unutarnjeg mira. Emocionalna potreba koja se pojavljuje kod osjećaja sreće je da se ona podijeli sa drugom osobom (Gjurković, 2016).

### **2.1.2. Tuga**

Osjećaj tuge javlja se kada osoba u određenim situacijama shvaća gubitak nečega ili nekoga što smatra vrijednim i za što je emocionalno vezana. Sam osjećaj tuge osobi pruža uvid koliko je u stvari bilo vrijedno to što je izgubila te tako shvaća svoj sustav vrijednosti (Milivojević, 2010). Primarni okidači koji izazivaju tugu su gubitak ili razdvajanje od vrijednog predmeta ili osobe. Potreba za suosjećanjem je emocionalna potreba koja se pojavljuje kod osjećaja tuge. Neverbalni znakovi djeteta koji se pojavljuju kada se javi tuga su: opuštenije držanje, dijete koristi manje riječi nego inače, glas je mekši, glava je spuštена i pogled je usmjeren prema dolje (Gjurković, 2016).

### **2.1.3. Ljuttnja**

Prilikom iznevjerenog povjerenja, neželjene kritike, odbačenosti, manjka razumijevanja od strane drugih te nakupljenih neprilika dolazi do osjećaja ljuttnje

(Fehr i sur., 1999. prema Reeve, 2010). Na fizičkom nivou ljutnja potiče znatne promjene u samom organizmu koji osobi osigurava da iz niskog nivoa aktivnosti prijeđe u visoki (Milivojević, 2010). Ljutnja se smatra nepoželjnom emocijom jer ju se etiketira kao negativnu. Ali ona nije ni pozitivna ni negativna, već je samo neugodna za osobu koja je proživljava i njezinu okolinu. Ljutnja nas pokreće da se zauzmemo za sebe, da verbaliziramo kada nam nešto smeta ili nas povrijedi. Sam intenzitet ljutnje može biti izrazito jak, te ako se dijete nije u stanju sa njom primjereno nositi može stvoriti negativnu atmosferu, ishitrene reakcije i odluke. Znakovi ljutnje kod djeteta su: specifični izraz lica kao mrštenje, stisnute šake, napetost tijela, povređivanje nekog drugog ili sebe (Gjurković, 2016).

#### **2.1.4. Strah**

Kod osobe se javlja osjećaj straha kada procjenjuje da je dovedena u opasnost neka njegova vrijednost te kad smatra da nije u stanju primjereno parirati objektu ili nekoj određenoj situaciji koja ga ugrožava. U slučajevima kada se osoba nalazi u bezizglednim situacijama osjećaj straha je koristan jer omogućava brzo i automatsko sagledavanje situacije te se na osnovi toga događa trenutna mobilizacija i spremnost za prilagođeno ponašanje (Milivojević, 2010). Strah čini drugu skupinu osnovnih emocija. Kod djece se u predškolskom razdoblju pojavljuju razvojni strahovi. Neverbalni znakovi straha kod djece su bijeg i udaljavanje, povlačenje cijelog tijela prema unutra, povisuje mu se intonacija glasa, pojavljuje se iznenadno gutanje zraka. Kada tijelo osjeća strah primarna reakcija je da ga izbjegne ili umanjí. Djetetu se može pomoći kod osjećaja straha ako se nalazi u blizini osoba koje mu pružaju osjećaj sigurnosti te mu se tako reducira utjecaj prijetnje. Odrasli mogu pružiti djetetu osjećaj sigurnosti putem umirujućih riječi, same fizičke prisutnosti ili kontakta kao što je to poljubac ili zagrljaj (Gjurković, 2016).

#### **2.1.5. Iznenadjenje**

Iznenadjenje vremenski traje vrlo kratko, to je, zapravo, najkraća emocija. Nakon iznenadjenja, koje je gotovo nesvjesno slijedi prijelaz druge emocije. Te emocije mogu biti ljutnja, gađenje, strah ili sreća, zavisno o tome što je uzrok

iznenađenju. Na prvi pogled iznenađenje je slično emociji straha, ako se oslonimo na mikroekspresiju. Kod mikroekspresije iznenađenja obrve i kapci su podignuti, a usta otvorena (Kovačević i Ramadanović, 2016).

### **2.1.6. Gađenje**

Iako je ta emocionalna reakcija primarno povezana sa osjećajem okusom, može nastati i gledanjem, slušanjem, njušenjem i dodirivanjem. Mikroekspresija lica je lako prepoznatljiva; mišići iznad gornje usne se podižu i stvaraju bore, a oči se sužavaju. Emocija gađenja izaziva fiziološke reakcije mučnine i povraćanja. Evolucijski gađenje se smatra načinom na koji se organizam brani od eventualnih unosa štetnih tvari (Kovačević i Ramadanović, 2016).

## **2.2. Prepoznavanje i izražavanje emocija**

U dječjem životu emocije predstavljaju nešto izrazito važno. One se javljaju vrlo rano, ali su u početku nediferencirane te se djetetovim razvojem sve više diferenciraju. Diferenciranje emocija odigrava se pod djelovanjem učenja te najviše usvajanjem obrazaca ponašanja u obitelji. U drugoj polovici prve godine djeca osvještavaju svoja emocionalna ponašanja, ponajprije onih primarnih te u drugoj i trećoj godini dolazi do razvijanja složenih emocija. Jedna od važnih odrednica emocionalnog ponašanja je raspoznavanje emocija, nakon čega slijede sposobnosti kontroliranja raspona emocionalnih reakcija te učenje primjerene reakcije u različitim emocionalnim situacijama. Kada su djeca u stanju sve to dostići, to nazivamo emocionalna kompetentnost. Dječje su emocije u većini slučajeva kratkotrajne, nestalne, snažne, česte, različite i neskrivene (Slunjski, 2013).

Prema Milivojeviću (2010) u trenutku kada je dijete u stanju odrediti specifičan kognitivni kontekst te mu dodijeliti određeno značenje i značaj podražaju ono je u stanju osjetiti i iskazati specifičan osjećaj.

Jedan od najboljih načina na koji možemo djetetu ukazati na emocije drugih je tijekom igre; na taj način mu pomažemo i dajemo priliku da prepozna izraze lica i

govor tijela koji su signali za interpretaciju emocionalne reakcije (Densmore i Bauman, 2014).

### **3. EMOCIONALNI RAZVOJ**

Kod postupka razvoja ličnosti jedan od najvažnijih procesa je emocionalni razvoj. On predstavlja ishod međusobnih utjecaja sustava nasljeđivanja i reakcije na emocionalne situacije te postupak socijalizacije u sklopu obitelji i u izravnoj djetetovoj okolini (Starc i sur. 2004). Starc i suradnici (2004) navode da se prema Andriloviću i Čudina-Obradović (1994) socijalizacija emocija događa na tri načina. Promatranjem i oponašanjem osoba u svojoj neposrednoj okolini dijete uči koje situacije, elemente i pojave trebaju uzrokovati specifične emocije kao što su radost i strah, a koje pak ne. Jačinu emocionalnog izražavanja diktira socijalna okolina koja pruža model za oponašanje. U to spadaju mimika, govor i kretnje. Samoregulacija emocija postiže se socijalnim učenjem. Okolina diktira sa kojim intenzitetom bi dijete trebalo iskazati neku emociju da ona bude društveno prihvatljiva. Kako dolazi do biološkog sazrijevanja u emocionalnom razvoju djeteta izmjenjuju se faze doživljavanja i izražavanja emocija. Razvojem intelektualnih kompetencija i povećanja socijalnih situacija dolazi do razvijanja sposobnosti boljeg razumijevanja situacija koje im se događaju.

Djeca posjeduju jake izvorne osjećaje, ali im je sposobnost da ih priopće okolini jako ograničena. Teško je dijete naučiti na koji način da nešto doživi ili osjeti i zato mu je potrebna odrasla osoba da mu pomogne prepoznati i na prikladan način izraziti svoje osjećaje. Djetetu je potrebna odrasla osoba koja se zanima za njegov unutarnji svijet, koja spremno dijeli svoje doživljaje i očekivanja, ali da u isto vrijeme odredi granice dozvoljenog ponašanja. Velika pomoć odgojitelju kod rada sa djecom vezano za emocije je kvalitetna literatura koje na našem tržištu iz godine u godinu ima sve više. Takva literatura pojavljuje se u vidu raznih priča koje prikazuju emocionalne situacije i razne tehnike koje omogućavaju djetetu poistovjećivanje sa likovima. Nude se razne glazbene, dramske i likovne tehnike, kao i prikladne tjelesne aktivnosti koji imaju za cilj opuštanje i mogućnost otpuštanja nagomilane napetosti koje djeca doživljavaju. Sve te tehnike i aktivnosti koriste se sa ciljem da se što više upozna unutarnji svijet djeteta te kao prevencija eventualnih emocionalnih poteškoća

pri radu s djecom kod koje je prisutan neki vid odstupanja u emocionalnom izražavanju (Rezić, 2006)

## **4. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA**

### **4.1. Razvoj pojma inteligencije**

Psiholog Alfred Binet je 1905. godine dobio naputak od Ministarstva obrazovanja Francuske da osmisli test za otkrivanje djece koja će biti uspješna i one koja bi mogla imati problema sa učenjem. Izradio je test koji je mogao mjeriti intelektualne i spoznajne sposobnosti neophodne za postizanje školskog uspjeha. Izraz „kvocijent inteligencije“ preuzet je iz njegovog rada i prešao je u svakidašnju uporabu. Godine 1927. Charles Spearman izlaže pretpostavku da je svim kognitivnim funkcijama zajednički jedan osnovni faktor inteligencije. Njegova pretpostavka proizlazi iz toga da je inteligencija jedinstvena i nadjenio joj je naziv G-faktor. Louis Thurstone je 1938. godine zagovarao drugačiji pristup i tvrdi da se inteligencija sastoji od sedam različitih spoznajnih sposobnosti koje su međusobno samostalne te ako je jedan od tih faktora ostao nerazvijen, to utječe na cjelokupnu inteligenciju. Godine 1983. Howard Gardner, temeljem svojih istraživanja, utvrđuje postojanje osam vrsta inteligencija, a to su: matematička, lingvistička, prirodnjačka, glazbena, kinestetička, spacijalna, interpersonalna i intrapersonalna.

Za Roberta Sternberga je važnija uporaba spoznajnih i intelektualnih postupaka koji dovode do rješenja od dobivenih odgovora na testovima inteligencije. On u svojoj teoriji predstavlja tri aspekta inteligencije. Prvi je unutrašnji dio inteligencije koji obuhvaća sve mentalne procese, zatim adaptivna koju upotrebljavamo za navikavanje na novu sredinu i, kao treća, inteligencija koja je produkt ostvarenog iskustva. Petar Salovey i John Mayer usprkos ideji Gardnera i Sternberga primjećuju da ipak nedostaje još jedan element i zaključuju da su u tome zapostavljene emocije. I zato predstavljaju novo shvaćanje inteligencije koje nazivaju emocionalnom inteligencijom (Chabot i Chabot, 2009).

Autori Salovey i Sluyter (1999:22) definiraju emocionalnu inteligenciju kao „sposobnost uočavanja emocija, pristup i priziv emocije kao pomoć mišljenju,

sposobnost razumijevanja emocija i emocionalnih spoznaja, te mišljenska regulacija emocija u svrhu promicanja emocionalnog i intelektualnog razvitka“.

Široj javnosti pojam emocionalne inteligencije postao je poznat tek objavljivanjem knjige Daniela Golemana „Emocionalna inteligencija“. Goleman (1997) emocionalnom inteligencijom naziva skup osobina kao što su sposobnost samomotivacije i ne odustajanje unatoč poteškoćama, zauzdavanje impulzivnih radnji i odgoda primanja nagrade, regulacija raspoloženja, nadanje i suosjećanje.

#### **4.2. Podrijetlo emocionalne inteligencije**

Kako bi se mogao razumjeti koncept emocionalne inteligencije potrebno je sagledati njezine dvije komponente, a to su inteligencija i osjećaji. Od 18. stoljeća uvriježeno je mišljenje po psiholozima da se mišljenje dijeli na spoznaju, afekt koji se povezuje sa emocijama i motivaciju. Spoznajna perspektiva uključuje komponente poput pamćenja, logičnog i apstraktnog mišljenja i prosuđivanja. Služeći se pojmom inteligencije psiholozi opisuju kvalitetu funkcioniranja spoznajne sfere. U drugu sferu mentalnih funkcija ubrajaju se emocije, raspoloženje i prosudba. Treća sfera osobnosti je motivacija koja se odnosi na prirodne nagone što ima za svrhu traženje cilja. Emocionalna inteligencija, kako bi sačuvala svoje pravo značenje, mora objединiti emocije sa inteligencijom. Provedeno je puno istraživanja koja dokazuju da emocionalna inteligencija nije sve što spaja emocije i spoznaju. Poznato je da se mišljenje mijenja pojavom različitih emocija, ali nije neophodno da bi automatski tu osobu učinile pametnijom (Salovey i Sluyter, 1999).

#### **4.3. Kvocijent inteligencije, emocionalna inteligencija i njihovo mjerenje**

Prema Golemanu (1997) posjedujemo dva uma i mozga u kojima djeluju dvije vrste inteligencija: emocionalna i racionalna. Kakav će nam biti život ovisi i o razini našeg IQ, kao i o našoj emocionalnoj inteligenciji. Um sam po sebi nije dovoljan i ne može davati maksimum bez emocionalne inteligencije. Kvocijent inteligencije i emocionalna inteligencija nisu oprečne već samo zasebne sposobnosti. Svaka osoba objединjuje intelekt i emocionalnu oštroumnost. Većina znanstvenika se slaže da je inteligenciju moguće mjeriti standardiziranim testovima, poput testa Wechsler

Intelligence Scales koji u svom mjerenju uključuju rješavanje problema, apstraktno razmišljanje, vokabular, zapažanje, pamćenje, razumijevanje, vizualno motoričke osobine i vještinu obrade informacija. Tim mjerenjem se dobiva takozvani opći čimbenik inteligencije te ga mi poznajemo kao kvocijent inteligencije koji se izrazito malo mijenja nakon šeste godine života.

Prema Hajncl i Vučenoviću (2013) postoje mnogobrojna istraživanja koja se bave ispitivanjem dijelova emocionalne inteligencije. Kod mjerenja individualnih razlika emocionalne inteligencije u današnje vrijeme spominju se metode samoprocjene EI i metode mjerenja EI kao mentalne sposobnosti testovima učinka. Neke od poznatijih ljestvica samoprocjene su Bar-Onov Inventar emocionalnog kvocijenta koji procjenjuje emocionalno-socijalne kompetencije, zatim Schutt-ova skala koja ispituje četiri razine sposobnosti. Pokazalo se da su kod testova samoprocjene prisutni neki problemi, te su istraživači bili time potaknuti na razvijanje testova EI koji sadrže zadatke pronalaženja točnih odgovora u emocionalno-socijalnim situacijama. Jedan od poznatijih testova je MSCEIT V2,0 Mayer, Salovey, Caruso test emocionalne inteligencije koji se primjenjuje kod prognoze devijantnih i ovisničkih ponašanja. Autori Hajncl i Vučenović (2013:103) navode još testova EI kao sposobnosti „ poput Situacijskog testa emocionalnog razumijevanja i upravljanja (Situational Test of Emotional Understanding – STEU and Management - STEM; MacCann i Roberts, 2008) i Mjera emocionalne inteligencije kao sposobnosti (Ability Emotional Intelligence Measure; AEIM; Warwick, Nettelbeck i Ward, 2010), a njihova vrijednost i obilježja još su u fazama ispitivanja.“

Važna značajka između emocionalne inteligencije i kvocijenta inteligencije je u tome što je emocionalna inteligencija manje genetski predodređena i tako omogućuje odraslima da već u najranijoj dobi utječu na konačan ishod za daljnji uspjeh (Shapiro, 2015).

#### **4.4. Razvijanje emocionalne inteligencije kod djece**

Mnogobrojna dostignuća u razvojnoj psihologiji i neuroanatomiji nude opcije roditeljima kako bi bila u mogućnosti pomoći svojoj djeci da postignu visoki stupanj emocionalne inteligencije. Jedan od najboljih načina da djecu učimo emocionalnoj inteligenciji je putem igre. Kroz igru djeca mogu usvojiti nove načine razmišljanja,



doživljavanja i postupanja. Jedan aspekt razvijanja emocionalne inteligencije je i poticanje na empatiju (Shapiro, 2015).

Prema Greenspanu (2004), da bi djeca bila u stanju osjetiti i shvatiti empatiju moraju biti u stanju prepoznati vlastite emocije, izraziti ih i iskustveno proživjeti te će tek tada biti u stanju prepoznati osjećaje druge osobe. Autori Siegel i Bryson (2018) predstavljaju u svojoj knjizi pet aspekata empatije koji nose naziv „empatijski dijamant“. Tih pet različitih aspekata predstavljaju načine na koje možemo reagirati i pokazati empatiju prema drugoj osobi. Oni su: promjena perspektive - pogledati svijet očima druge osobe, emocionalna rezonancija - osjetiti osjećaje druge osobe, kognitivna empatija - razumjeti i intelektualno shvatiti ukupno iskustvo druge osobe, suosjećajna empatija - osjetiti patnju i željeti je umanjiti, empatična radost - osjetiti zadovoljstvo zbog sreće, postignuća i dobrobiti druge osobe (Siegel i Bryson, 2018:150). Svi ti navedeni aspekti empatije objašnjavaju što znači stvarno suosjećati s drugom osobom i konkretno poduzeti nešto kako bi joj pomogli. Istraživanja pokazuju da kad god poduzimamo neku radnju da ublažimo tuđu patnju to vodi i do povećanja vlastite sreće te je tako pomaganje drugima jedan od najkvalitetnijih načina poboljšanja svog života (Siegel i Bryson, 2018). Shapiro (2015) u svojoj knjizi „Kako razviti emocionalnu inteligenciju djeteta“ još ističe kako je osim moralnih emocija važno znati na prikladan način riješiti sukob, poučiti dijete da ono razvija društvene vještine, samomotivaciju i neverbalnu komunikaciju.

Autori Lantieri i Goleman (2012) u svom priručniku nude vježbe koje su namijenjene djeci i odraslima koji žele razvijati svoju emocionalnu inteligenciju. Naglasak je stavljen na vježbe opuštanja i dubokog disanja, slušanje umirujuće glazbe i vježbe koncentracije. Navode da je jako korisno naglašavati djetetu kako je potrebno osvijestiti signale koje mu šalje tijelo usred različitih emocionalnih stanja. Sva emocionalna umijeća započinju u obitelji, dobrim odnosima između djece i roditelja. Oni su ti koji pomažu djetetu prepoznati emocije i ovladati njima te ih započinju povezivati u društvenim okolnostima (Salovey i Sluyter, 1999). Roditelji koji sa svojom djecom razgovaraju o osjećajima u stanju su bolje razumjeti druge ljude i time razvijaju emocionalnu inteligenciju (Siegel i Bryson, 2015).

## 5. SAMOPOŠTOVANJE I SAMOPOUZDANJE

Opću procjenu samog sebe nazivamo samopoštovanjem. Samopoštovanje se sastoji iz dva djela: samopouzdanja i osjećaja vlastite vrijednosti. Ova dva pojma se razlikuju ali su međusobno povezani. Osjećaj vlastite vrijednosti (engl. self respect) odnosi se na naša uvjerenja imamo li pravo na sreću, uspjeh, postignuće prijateljstvo, ljubav, sreću i ispunjenje. Dok je samopouzdanje (engl. self-confidence) uvjerenje u naše sposobnosti učenja, donošenja odluka, svladavanja promjena i izazova, razmišljanja. Nedostatak jednog i drugog rezultira time da se osoba ne osjeća sposobna suočiti se sa životnim izazovima, nema povjerenja u svoje sposobnosti, ne vjeruje da zaslužuje ljubav, osjeća da je nije zaslužila sreću i boji se izreći svoje osjećaje, želje i potrebe. Dok sa druge strane pozitivna strana visokog samopoštovanja je prihvaćanje samog sebe, uključujući dobre strane kao i slabosti te su otvoreni za promjene. Shvaćaju i vide svoje slabosti i spremni su ih mijenjati (Miljković i Rijavec, 2012).

Važna uloga odraslog u dječjem životu je da od početka osnažuje njegovo samopoštovanje, te je on pokazatelj na koga će se dijete ugledati i od koga će imitirati ponašanje i postupke. Odrasli potiču svjetonazore i ponašanja koje bi željeli da dijete usvoji (Menéndez-Ponte, 2020). Kako bi dijete zavoljelo samog sebe ono mora znati da ga roditelji ili osobe koje su mu najbliže vole. To se postiže verbalnim i neverbalnim porukama koje mu upućuju odrasli te tako ono gradi sliku o sebi koja je važna komponenta građenja samopoštovanja. Da bi mogli razvijati samopoštovanje te jačati i razvijati pozitivne osobine moramo što više upoznati samoga sebe. Kod djece tu ključnu ulogu preuzimaju odrasli pošto je ona sama nisu u stanju prepoznati (Miljković i Rijavec, 2011). Samopoštovanje je osjećaj koji se nalazi unutar osobe, ponekad je povezan sa vanjskim događajima, a ponekad nije. Da bi se dijete dobro i uspješno osjećalo ono to mora osvijestiti u sebi i to vidjeti svojim očima, a ne samo očima roditelja ili odgojitelja. Jedan od načina na koji odrasli mogu učvrstiti djetetovo samopoštovanje nije putem riječi koje će mu uputiti, nego način na koji ga slušaju i način na koji se ponašaju prema njemu. Još jedan od načina je da im se svaki put daje prilika da se osjećaju ponosni u onome u čemu su dobri, kao na primjer sport, crtanje, čitanje te im pri tome pružiti priliku prakticiranja i uvježbavanja onih područja u kojima nisu tako spretni (Greenspan, 2003).

Odlika svakog samopouzdanog čovjeka je da je u stanju učiti, razmišljati, donositi odluke i uspješno rješavati svaki izazov koji mu se pojavi u životu. Takva osoba vjeruje da zaslužuje uspjeh, ljubav, prijateljstvo i postignuće te u većini slučajeva to i ostvaruje. Samopouzdana dijete zna lako sklapati prijateljstva, znatiželjno je i rado se upušta u nove aktivnosti, prihvaća odgovornost, ne odustaje na prvom problemu, lako podnosi neuspjeh i kritiku, nije previše vezano za roditelje, nije agresivno, osim kada to zahtjeva situacija te zna kontrolirati svoje ponašanje (Miljković i Rijavec, 2011).

## **6. NENASILNO RIJEŠAVANJE SUKOBA**

Prema Densmore i Bauman (2014) veliki je broj predškolske djece koja su emotivno osjetljiva i nedostaju im potrebne vještine kako bi se znali uspješno boriti sa jakim osjećajima osoba u njihovoj blizini, pa zato u većini slučajeva reagiraju vlastitom frustracijom i bijesom popraćenim agresivnim ponašanjem. Među pojedincima i grupama dolazi do konfliktnih situacija i sukoba kada se nisu u mogućnosti dogovoriti u načinu ostvarivanja ciljeva i želja. U većini slučajeva u konfliktnim situacijama reakcija na sukob je agresija ili povlačenje. Međutim, takav pristup ne vodi nikakvom rješavanju problema već samo do njegovog potiskivanja.

Kako bi se sukobi riješili na konstruktivan i nenasilan način potrebno je da djeca steknu niz socijalnih vještina. Neke od njih su jasno izražavanje želja i potreba, promišljanje i evaluacija najrazličitijih mogućih rješenja određenog sukoba, istinsko slušanje, izjašnjavanje umjesto potiskivanja vlastitih osjećaja. Što više odrasli potiču djecu u korištenju spomenutih vještina i rješavanje vlastitih problema, to će ona više biti u mogućnosti baratati vještinama potrebnim za kreativno rješavanje sukoba.

Nasilje i konflikti često su vezani uz nedostatak pravilne komunikacije. Zato su posjedovanje vještina slušanja, opažanja i govorenja nužan uvjet da se na konstruktivan način riješe konflikti. Aktivno slušanje je vrsta parafraziranja govornika tj. odražavanja govorniku povratno ono što je rekao. Na taj se način pruža govorniku mogućnost ispravljanja ili potvrđivanja stečenog dojma izraženog od strane slušatelja. U konfliktnim situacijama aktivno slušanje pruža uvid u misli i osjećaje sukobljenih strana. Neki od razloga brojnih konflikata koji se dešavaju kod djece su

nisko samopoštovanje i loša slika o sebi. Kada dijete ne prihvaća samo sebe jako mu je teško prihvatiti mišljenje i potrebe drugog djeteta, pri čemu dolazi do agresivnog ponašanja. I zato je prihvaćanje vlastite vrijednosti kao i vrijednosti druge osobe nužan uvjet međusobnog prihvaćanja i konstruktivnog rješavanja sukoba. Važnu ulogu u rješavanju sukoba ima i razvijanje empatije te je ono važna metoda rješavanja sukoba. Djeca u konfliktnim situacijama uviđaju postojanje više odgovora vlastitog problema, više nego što su oni mislili da ih ima, te se oni prilikom traženja mogućih rješenja razvijaju i produbljuju vlastiti sustav vrijednosti. Takvo konstruktivno učenje rješavanja konflikata pomaže djeci da istraže razne mogućnosti reagiranja u takvim situacijama i odaberu one najprikladnijih njima (Ajduković i Pećnik, 2007).

Vještine za savladavanje sukoba kojima možemo podučiti dijete su sagledavanje stvari iz tuđe perspektive i pokušavanje razumijevanja sugovornika, pri čemu mu trebamo ukazati na neverbalne znakove koje pokazuje druga osoba. Djeca nisu u stanju sama to uočiti, način na koji će im odrasli to pokazati je na konkretnim situacijama koje se događaju u njihovom okruženju i sa bliskim osobama koje ih okružuju. Ukazujemo djetetu da obrati pozornost na govor tijela i na ekspresije lica, kao na primjer spuštenu ramenu, pognutu glavu ili oboren pogled. Pomaganjem djetetu da što prije uoči takve znakove povećava mu sposobnost lakšeg uživanja u osjećaje druge osobe (Siegel i Payne Bryson, 2015).

## **7. ASERTIVNOST**

Kada se ljudi nađu u konfliktnim situacijama način njihovog rješavanja najviše ovisi o ponašanju koje će zauzeti. Postoji tri načina na koje je moguće reagirati: asertivno, pasivno i agresivno. Karakteristika agresivnih ljudi je da se bore za svoja prava ugrožavajući tuđa. Njihov primarni cilj je biti iznad drugih, da vlastitu vrijednost podignu na tuđi račun i utječu na druge, dok sa druge strane ne dopuštaju nikome da utječu na njih same. Ponašanje im je ponajprije dominantno, optužujuće - napadaju i ponižavaju sugovornika i vjeruju da su uvijek u pravu.

Pasivni ljudi nisu se u stanju učinkovito boriti za svoja prava. Njihov cilj je izbjegavanje konflikta, ne žele snositi odgovornost za ništa, potiskuju svoje potrebe, interese i sposobnosti. Takvi ljudi su uvjereni da je za njih najsigurnije biti u

podređenom položaju, često se žale, ispričavaju se, samoponižavaju dok u isto vrijeme optužuju druge.

Značajka asertivnih ljudi je da se bore za svoja prava ne ugrožavajući tuđa. Cilj asertivnih ljudi je komunikacija, imajući pozitivan utjecaj na ljude koji se nalaze u njihovoj okolini, korištenje vlastite sposobnosti i stjecanje samopoštovanja bez omalovažavanja drugih. Vjeruju da su za svoje ponašanje zadužene obje strane i da svatko snosi dio odgovornosti. Oni su svjesni svojih prava i vrednuju svoje sposobnosti. Njihovo se ponašanje odlikuje čvrstoćom, ali nije neprijateljski ustrojeno. Voljni su pružiti informaciju i objašnjenje, ali ujedno iskazati svoje planirane ciljeve i očekivanja. Svaka asertivna osoba smatra da ima pravo tražiti ono što želi, izraziti svoje vlastite prioritete, pokazati svoje osjećaje i izreći svoje mišljenje, da ima pravo na pogrešku, odbacivanje neutemeljenog zahtjeva, izreći „ne“ i pritom ne osjećati krivicu. I, dakako, mišljenja su da na to imaju pravo i ostali ljudi te se u skladu sa time i ponašaju (Miljković i Rijavec, 2011). Kada se izriče asertivna poruka pojavljuju se neverbalni znakovi koji je prate. I zato asertivnost uistinu iskazujemo tek kada su neverbalni i verbalni dio poruke usklađeni; tijelo je lagano savinuto naprijed, a gestikulacija je opuštena. Održava se kontakt očima te je modulacija glasa prikladne jačine. Prilikom govora naglašavaju se ključne riječi i fraze adekvatnim gestama i izmjenama u glasnoći izgovora. Posljedice asertivnog ponašanja donose pozitivne aspekte u život ljudi koji ih primjenjuju. Samim time što se asertivna osoba zalaže za svoja prava pri tome ne ugrožavajući tuđa, to ne znači da ona svaki put ostvari što želi. Ali, s druge strane, takva osoba uvijek na otvoren i pošten način izrazi okolini svoje želje i očekivanja. Samim asertivnim ponašanjem zaobilazimo nepoželjne posljedice neasertivnosti i agresivnosti, pokazujemo svoju slobodu izbora i stojimo odgovorno iza svog ponašanja (Miljković i Rijavec, 2002).

## **7.1 Kako podučiti djecu asertivnosti**

Mišljenje mnogobrojnih stručnjaka je da asertivno ponašanje nudi veliku prednost onima koji je primjenjuju u svom životu. Takvim ponašanjem osobe smanjuju količinu sukoba, osjećaju se sigurnim u ono što rade i puno su učinkovitije kada trebaju doći do ciljeva koje su si zadali. Važna uloga svakog roditelja i

odgojitelja je da poduči dijete da razvije asertivno ponašanje kako bi se osjećalo dobro i ostvarilo svoje ciljeve (Bilbao, 2020).

Asertivnost je kompleksna vještina koja se uči od najranijeg djetinjstva te se sastoji od niza vještina. Jedna od vještina asertivnosti koju se može podučiti dijete je traženje onoga što želi na primjeren način. Takav zahtjev bi trebao biti direktan, kratak, pristojan, nikako manipulativan ili ugrožavajući. U slučajevima kada dijete traži nešto na neprikladan način valja ga upozoriti kako bi to trebalo izgledati, sa napomenom da je veća mogućnost da će postići ono što želi ako to napravi na način na koji ste mu objasnili. Naravno, tu je jednako važno naglasiti da sama činjenica da se nešto traži na prihvatljiv način nije garancija da će se to odmah i dobiti. Druga vještina koja je jednako važna je da djeca na primjeren način izraze neku kritiku tj. nezadovoljstvo ponašanjem neke druge osobe. Kada im se nešto ne sviđa djeca imaju tendenciju da to izgovore u istom trenutku; dobro je da im se naglasi da za sve postoji vrijeme i mjesto, sa obećanjem da ćete porazgovarati o problemu kada ne budete na javnom mjestu ili kada se budete u stanju posvetiti samo djetetu, tako da to raspravite na ispravan način.

Kada upućuje kritiku nekom svom prijatelju važno je da uz kritiku bude izrečeno i nešto pozitivno. Moramo objasniti djetetu da će druga osoba bolje prihvatiti kritiku ako uz nju pokažemo i razumijevanje za situaciju koja se dogodila i koja nam smeta. Jednako tako, kada smo ljutiti imamo tendenciju da se prilikom kritike vraćamo na događaje koji su se zbili u prošlosti te nismo usmjereni na aktualnu situaciju. Takvo ponašanje često dovodi do svađe te je važno biti usmjeren samo na jednu stvar.

Primanje i davanje komplimenata isto je jedna od vještina asertivnog ponašanja te se uči od malih nogu i izrazito je važna kod građenja samopouzdanja i kvalitetnih odnosa s vršnjacima. Kada osoba primi kompliment, u većini slučajeva ih podcjenjuje i započne se opravdavati; ispravan način je zahvaliti i prihvatiti te takvim ponašanjem pružamo primjer i djeci. Manja djeca se jako raduju kada prime kompliment, međutim, kako rastu postaju zbunjena i kada prime kompliment ne znaju što bi rekli. Komplimenti sadrže dio istine samo kada se dobije povratna informacija o tome da rade nešto dobro, što jača njihovo samopouzdanje. Dok s jedne strane njihova reakcija na dobiveni kompliment jača uspješne odnose koje grade sa drugom

djecom, s druge strane davanjem komplimenata djeca isto grade uspješne veze u društvu i uče kako nije ispravno samo uputiti nekome kritiku. Najbolji način na koji to može učiniti je da prilikom davanja komplimenata ne podcjenjuje sebe te da ne podcjenjuje druge. Djeca znaju razlikovati one komplimente koji su zasluženi od onih koji nisu, a pri dijeljenju istih potrebno je ne pretjerivati i pri tome paziti da budu specifični, a ne preopćeniti. Važno je objasniti djetetu kako je bitno da kada im se nešto sviđa kod njihovih prijatelja to im i kažu (Miljković i Rijavec, 2011).

## 7.2 Tehnike asertivnog samoizražavanja

Ja poruke oblik je komunikacije kojim se izražavaju želje, težnje i potrebe prikladnim riječima koje ni na koji način ne okrivljuju, prosuđuju ili napadaju sugovornika. Takve poruke imaju za cilj da se odnose na određenu situaciju i ponašanje. Formula koja čini ja poruke su riječi:

- kada ti: opišemo ponašanje druge osobe bez upotrebe okrivljujućih riječi
- osjećam se: opišemo našu emociju koju osjećamo
- jer: navesti konkretan razlog što vam kod ponašanja određene osobe smeta
- i želio bih: objasniti što želite da se poduzme po tom pitanju

(Miljković i Rijavec, 2002).

Ne, hvala je fraza koju bi djeca bi trebala usvojiti kako bi bez osjećaja neugode govorila „ne“ bilo kojoj osobi i u bilo kojoj situaciji kada se tako osjećaju, bez potrebe objašnjavanja zašto to čine. Razlika je kada odgovorimo s „da“ na nešto što doista želimo napraviti (kada to činimo se odlično osjećamo), a potpuno je druga stvar kada odgovaramo s „da“ iz straha da se nećemo nekome svidjeti ili iz navike (Cooper, 2009).

Jednostavna pitanja odnosno postavljanje istih dok na njih ne dobijemo potrebne odgovore jedna je od značajki asertivnog izražavanja. Dok su djeca manja postavljanje pitanja im ide prirodno. Odrasli ih vremenom uče kako nije baš uljudno postavljati previše pitanja i nije potrebno znati neke pojedine stvari. Kako postaju stariji ne žele pred ostalim vršnjacima postavljati previše pitanja jer ga drugi na taj način mogu doživjeti kao nezalicu. I zato si dajemo dozvolu da nastavimo postavljati jednostavna pitanja sve dok na njih ne dobijemo prikladan odgovor. Jednostavna

pitanja su: „Zašto?“, „Što ako?“, „Što je to?“, „Kako to radi?“, „Što to znači?“, a pomažu nam proniknuti do same srži problema. Moramo podučiti djecu da, ako nešto ne razumiju, najpametnija stvar koju mogu učiniti je postavljati pitanja. S druge strane moramo omogućiti i prikladno okruženje kako bi se djeca osjećala sigurno čineći to (Cooper, 2009).

Ustrajnost i razina njene primjene čini razliku između uspješne i neuspješne asertivnosti. Trebamo podučiti djecu da ponekad kad budu izrazili želju ili ono što ne žele drugi će pokušati zanemariti njihove riječi, naljutiti se, ismijati ih ili poslužiti se nekom drugom tehnikom verbalne manipulacije kako bi ih odvratili od njihove zamisli. Namjera je tom tehnikom opskrbiti djecu svim mogućim sredstvima da se znaju ophoditi sa ljudima u zahtjevnim i emocionalno nezgodnim situacijama. Jačanjem tog osjećaja pomažemo djeci razumjeti kako ih nitko nema pravo plašiti u verbalnim prilikama i da imaju pravo izražavati sebe i biti odlučni sa bilo kim. Ustrajnost se primjenjuje tako da dijete na miran način ponavlja što želi ili u suprotnom ono što ne želi učiniti sve dok ne postigne razumnu reakciju od druge strane. Time pokazuje ustrajnost u svom zahtjevu ili želji te ne odustaje kada se pojavi prva prepreka (Cooper, 2009).

## **8. ODGOJITELJ KAO MODEL**

Djeca se, kad krenu u školu, vrednuju na osnovi akademskih rezultata koje postižu, pa bi, umjesto toga, odgojitelji kao i roditelji trebali od najranijeg doba biti tu za njih i pružiti im pomoć u prepoznavanju prirodnih sposobnosti i nadarenosti te ih poticati da ih razvijaju (Goleman, 1997). Da bi mogli podučiti djecu tim sposobnostima odgojitelji moraju razvijati prvenstveno svoju emocionalnu inteligenciju. Odlika emocionalno inteligentnih odgojitelja je sposobnost prepoznavanja svojih i djetetovih emocija te njihovo upotrebljavanje kod planiranja i postizanja određenih odgojnih ciljeva. Oni posjeduju veliki stupanj empatije, aktivno slušaju djecu, izgrađuju kvalitetan odnos s njima te su u stanju prepoznati neverbalne poruke i uskladiti svoje emocije s njihovima. Kod ostvarivanja odgojnih ciljeva znaju sebe motivirati dok u kriznim situacijama imaju pozitivne i realne stavove (Brajša, Brajša- Žganec, Slunjski, 1999). Jedna važna karakteristika koja je dio emocionalne inteligencije je i asertivnost. Asertivnost se uči promatranjem. Djetetov mozak



pomoću zrcalnih neurona uči i oponaša ponašanje koje promatra kod odraslih koji ga okružuju. Asertivnost je vještina koja se uči malim koracima i sa puno razgovora iz dana u dan kroz niz situacija koje se događaju u djetetovom okruženju. Odgojitelj, kada je okružen djecom, svakodnevnim situacijama pristupa bez ljutnje izražavajući što zaista želi na jasan i uvažavajući način (Bilbao, 2020).

Učenjem djece prepoznavanju i prihvaćanju ugodnih i neugodnih osjećaja i djelovanja u skladu s vrijednostima koja su usvojili, u trenutku kada se pojave životni izazovi, znat će se prikladno nositi sa njima. Bit će svjesni svojih postupaka osjećajući ispravnost istih te će biti u stanju prepoznati i poštivati vlastite granice. Njihov unutarnji kompas te samopouzdanje izgrađeno na vrijednostima postaje njihova najjača vodilja i na taj način stvaraju otpornost na vanjski pritisak i promjene (Alexander i Sandahl, 2018).

## **9. METODOLOGIJA RADA**

### **9.1. Predmet istraživanja**

Zadnjih godina sve je više znanstvenika i autora koji naglašavaju i ističu važnost emocionalne inteligencije. Kroz rad su istaknute sve dobrobiti koje donosi razvijanje emocionalne inteligencije u svim sferama života te koliko ju je bitno razvijati još od najranijeg doba. Istaknuta je uloga odgojitelja koji, uz roditelja, igra veliku ulogu u djetetovom razvoju te mu pomaže da se lakše nosi sa sve izazovnijim emocionalnim pritiscima modernog društva. Sukladno poticanju emocionalne inteligencije dolazi do razvijanja asertivnog ponašanja te su istaknute sve dobrobiti koje ono donosi. U istraživanju koje je provedeno u ovom radu u osam radionica kroz razne aspekte i tehnike asertivnog ponašanja djeca putem igre usvajaju znanje kako na direktan način izraziti svoje misli, osjećaje, uvjerenja i ciljeve.

### **9.2. Cilj i zadaci istraživanja**

Predmet ovog istraživanja je ciklusom radionica ispitati u kojoj količini i situacijama predškolci iz grupe „Igllice“ koriste asertivno ponašanje. Kao glavne

tematike radionica uzeti su glavni aspekti po kojima bi se moglo evidentirati da je došlo do pojave asertivnog ponašanja, a to su: prepoznavanje i imenovanje emocija, samopoštovanje, samopouzdanje, nenasilno rješavanje sukoba, direktno izražavanje zahtjeva, misli, osjećaja, uvjerenja, potreba i ciljeva.

### **9.3. Sudionici**

Radionice su provedene u dječjem vrtiću „Olga Ban“ Pazin – područni vrtić Tinjan. Grupu su sačinjavali predškolci skupine „Igllice“ koju čine 2 djevojčice i 8 dječaka. Broj djece je varirao ovisno o tome kako su djeca boravila u vrtiću. U periodu od 9. do 30. lipnja 2022. godine provedeno je osam radionica. Radionice su provedene uz usmeni pristanak ravnateljice dječjeg vrtića. Od strane roditelja potpisane su suglasnosti za fotografije koje su se koristile u svrhu bilježenja aktivnosti.

### **9.4. Metodologija pristupu istraživanja**

Koncept radionica je osmišljen tako da glavna komponenta predstavljanja određene teme bude upotreba problemskih slikovnica, kako bi na primjeren i blizak način djeca mogla shvatiti koja je tema određene radionice te u kombinaciji sa raznim igrama, likovnim aktivnostima, scenskom igrom i dramskom improvizacijom došla do asertivnog ponašanja. Metode koje sam koristila za dokumentaciju radionica kombinacija su razgovora i izjava djece, fotografije aktivnosti, audio zapisi, video zapisi, likovni radovi te deskriptivno narativne bilješke.

### **9.5. Zapažanja**

Tijekom svih osam radionica zabilježeni su ciljevi i opis tijeka aktivnosti sa samorefleksijom autorice rada. Teme radionica su prepoznavanje i izražavanje emocija, samopouzdanje, samopoštovanje, nenasilno rješavanje sukoba i asertivno ponašanje kroz učenje tehnika izražavanja misli, osjećaja, uvjerenja, potreba i ciljeva na direktan način.

### 9.5.1. RADIONICA 1: PREPOZNAVANJE I IZRAŽAVANJE EMOCIJA

- Cilj aktivnosti: razvoj sposobnosti prepoznavanja i izražavanja emocija, naglasak na emocijama sreće, tuge, ljutnje i straha.
- Opis i tijek aktivnosti: uvod u aktivnost započinjem čitanjem slikovnice „Raznobojno čudovište“ autorice A. Llenas (2022). Nakon što sam im pročitala slikovnicu razgovaramo o tome u kojim se situacijama osjećamo sretno, tužno, ljutito i prestrašeno. Pokazujem im crteže iz knjige „Emociometar inspektora Kroka“ autorice S. Isern (2018) na kojima su prikazani spomenuti izrazi lica te ih pitam da mi kažu kako im kod određene emocije izgleda lice (oči, usta, nos, obrve). Uglas svi uočavaju razlike i pri tome mi imitiraju izraze lica koje vide u knjizi. Pitam ih da mi nabroje situacije kada su sretni; najviše odgovora je povezano sa srećom gdje opisuju situacije kada idu u vrtić i kada se igraju s prijateljima, brzi polazak u školu i izlet u špilju koju će posjetiti sa grupom. Situacije kada su tužni su one u kojima su sami i nemaju prijatelja, kada im nitko ne dođe na rođendan i kada prijatelji ne žele dijeliti sa njima igračke. Na upit o ljutnji opet od više djece dobivam odgovor da ih jako ljuti kada se nitko ne želi igrati sa njima i kada im nitko ne dođe na rođendan. Nakon tih odgovora skrećem im pozornost da su to rekli i za tugu i pitam ih na što ih to podsjeća; djevojčica M.<sup>1</sup> primjećuje da se to dogodilo i čudovištu u slikovnici. Djevojčica A. mi odgovara da ona nikada nije ljutita zbog ničega i da mi zato ne može dati nikakav primjer. Kad ih pitam o emociji straha dječak D. odgovara da to osjeća kad ga netko prestraši, dok se djevojčica A. boji pauka. Slijedi aktivnost pod nazivom „Pomiješani miš maš osjećaji“, aktivnost koja je preuzeta iz knjige „Sva lica osjećaja“ autorica Pešec, Krešić Kozonić i Dragun (2015) slika (1). Dječaci R. i P. drže sa svake strane prozirnu najlonsku vrećicu pa djeca koja prilaze ubacuju kap određene boje u vrećicu stvarajući tako mješavinu boja koja se pojavljivala i u slikovnici i s kojima je nacrtano čudovište u slikovnici. Pri tome zapitkujem djecu koja boja označava koju emociju. Nakon što su djeca ubacila sve boje dolaze do zaključka da nam je voda u vrećici sada ipak samo smeđe boje. Kad ih pitam kako im se čini ta boja, dječak K. i djevojčica A. zaključuju da je tamna i da im ta boja izgleda tužna.

---

<sup>1</sup> Inicijali sve djece su izmijenjeni radi zaštite dječje anonimnosti sukladno Etičkom kodeksu za psihološku djelatnost NN (05/13) i Zakonu o provedbi Opće uredbe o zaštiti podataka NN (42/18).



**Slika 1.<sup>2</sup> Fotografije aktivnosti „Pomiješani miš maš osjećaji“**

**Izvor: fotografije nastale iz video dokumentacija autorice rada**

Nakon toga im govorim da imam iznenađenje za njih te iz torbe vadim kaleidoskop. Začudeni su i zapitkuju me što je to, dosta njih zaključuje da je to dalekozor nakon čega im objašnjavam da izgleda slično, ali da je to neki drugi predmet. Izmjenjuju se i proučavaju kaleidoskop, slika (2). Pitam svako dijete što vidi i kako im se sviđa. Dječak K. odgovara da ima jako puno boja dok djevojčica A. zaključuje da su boje koje se pojavljuju unutar kaleidoskopa iste kao i u knjizi te da su šarene kao i čudovište. Kada su se svi izmijenili i pogledali izražavaju želju da to ponove.



**Slika 2. Fotografije aktivnosti „Kaleidoskop“**

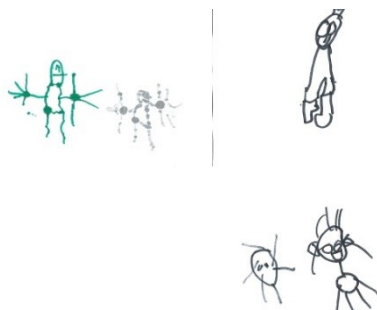
**Izvor: fotografije nastale iz video dokumentacija autorice rada**

Slijedi likovna aktivnost za koju svakom djetetu iskidam A4 format lista papira na 4 dijela i objašnjavam im da na svaku nacrtaju što rade kada su sretni, tužni, ljutiti ili uplašeni. Nakon što su nacrtali prvi crtež uočavam da poneka djeca crtaju samo izraze lica te im postavljam dodatna pitanja kako bih ih

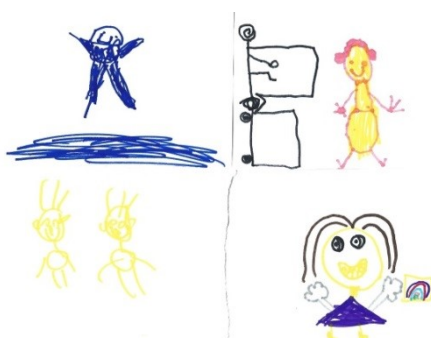
---

<sup>2</sup> Za sve fotografije koje se koriste u radu potpisana je privola (suglasnost) za fotografiranje od strane roditelja

navela da mi kažu i kako se točno osjećaju kada čine to što su nacrtali - slike crteža (3-6).



**Slika 3. Dječji crteži osjećaja – strah**



**Slika 4. Dječji crteži osjećaja - sreća**



**Slika 5. Dječji crteži osjećaja - ljutnja**



**Slika 6. Dječji crteži osjećaja – tuga**

Dječaci B. i Z., nakon što su nacrtali zadanu temu, uzimaju slikovnicu koju sam im čitala i zajedno sjednu, listaju i komentiraju - slika (7).



**Slika 7. Fotografija aktivnosti listanja slikovnice**

**Izvor: fotografija autorice rada**

- Planirano - ostvareno: plan koji sam imala oko ove radionice ostvaren je u potpunosti i nisam ništa improvizirala ni mijenjala.
- Samorefleksija nakon radionice: djeca su sa zanimanjem pratila slikovnicu koju sam izabrala da im pokažem različite emocije koje doživljavamo (fokus stavljen na sreću, tugu, ljutnju i strah). Nakon toga su prilikom naše igre na moje upite razlikovali boje koje obilježavaju spomenute emocije. Jako im se svidio kaleidoskop te su uočili korelaciju boja i čudovišta koji je prikazan u slikovnici. Najzanimljiviji su mi bili likovni radovi koji kod kojih sam uočila da je najviše

djece izabralo da nacрта emociju sreće i straha. Kod emocije straha (slika 3) nekoliko je djece navelo strah da ih roditelji negdje ostave same, da nemaju prijatelja, da se nitko ne želi igrati sa njima i strah da im nitko neće doći na rođendan. Vidljivo je da su im emocije straha pretežno povezane sa društvenom prihvatljivošću od vršnjaka. Dvoje djece je izabralo nacrtati emociju smirenosti koja se isto pojavljuje u slikovnici. Dječak P. naveo je da nije nacrtao strah jer se ničega ne boji nego je umjesto toga prikazao emociju zbunjenosti koju objašnjava kada ne zna što treba napraviti u nekim situacijama. Djeca su se dobro snašla u prepoznavanju osnovnih emocija.

### 9.5.2. RADIONICA 2: PREPOZNAVANJE I IZRAŽAVANJE EMOCIJA

- Cilj aktivnosti: razvoj sposobnosti prepoznavanja i izražavanja emocija, naglasak na emocijama: sreća, tuga, ljutnja i strah.
- Opis aktivnosti: i na ovoj radionici nastavljamo s temom prepoznavanja i izražavanja emocija. Kako je u prethodnoj radionici bilo dosta crteža na temu tuge, danas započinjemo sa čitanjem priče „Zašto se bojim?“ autorice H. Howarth (2015). Nakon čitanja razgovaram sa djecom o pročitanoj. Slijedi igra iz didaktičke igre „Kutija puna osjećaja“. Igra sadrži kartice sa situacijama koje prikazuju osjećaje: sreću, tugu, ljutnju i strah, te maske i velike plakate koji to prikazuju. Na početku svako dijete zavrti strelicu pa, ovisno na kojoj emociji se strelica zaustavi, bira masku i glumi određeni osjećaj slika (8).



**Slika 8. Fotografije aktivnosti glumljenja emocija**

**Izvor: fotografija autorice rada**

Slijedi igra u dvorani - slika (9); na moji upit želi li svatko pogađati osjećaj koji pročitam sa kartice ili se žele natjecati po grupama, djeca jednoglasno odabiru natjecanje. Nakon prvog čitanja kartice dvoje djece kreće prema maskama, oboje prema istoj i kada dječak E. izabere masku dolazim do njih i govorim im da na žalost nisu izabrali točan osjećaj. Nakon toga dječak E. počne plakati, zagrlim ga i postavljam pitanje zašto plače. Dječak R. koji je bio u suprotnoj ekipi mu se u međuvremenu naruga. Okupljam svu djecu da sjednu na strunjaču i objašnjavam im što se dogodilo između dječaka E. i R. Pitam dječaka R. zbog čega se narugao te on objašnjava da je razlog bio što suprotna ekipa ipak nije dobila bod jer se dječak E. zabunio oko maske. Kada ga pitam misli li da je to bilo u redu sa njegove strane on spušta glavu prema dolje i govori da je pogriješio i kaže dječaku E. koji sjedi pokraj njega da mu oprost. U par navrata djeca opet griješe u raspoznavanju osjećaja. Nastavljamo sa igrom i u posljednjem krugu dolazi do svađe jer je dječak B. iz ekipe koja je izgubila optužio dječaka E. da ga je gurnuo kako bi mogao uzeti masku. Pitam ga kako se osjeća i on mi odgovara da je jako ljutit, zatim ga pitam što misli da bi mogao učiniti i on odlazi do dječaka E. te mu govori da se nepravredno ponio i da je on sada ljutit. Dječak E. mu govori da mu je žao, ali da je on sretan što je njegova ekipa pobijedila i predlaže da zaigraju još jedan krug. Kako je na kraju igre došlo do sukoba okupljam ih opet u sobi i najavljujem da ću im pročitati slikovnicu „Tri prijatelja u čamcu“ autora N. Oldlana (2018) u kojoj je isto došlo do svađe među prijateljima. Knjiga im se jako sviđela i nakon toga smo komentirali rješenja likova iz slikovnice kao što je dogovor i suradnja koji vode do smirivanja ljutnje i osjećaja sreće.



**Slika 9. Fotografije aktivnosti igre u dvorani**

**Izvor: fotografija autorice rada**



- Planirano – ostvareno: u planu mi nije bilo čitanje slikovnice „Tri prijatelja u čamcu“, ali s obzirom na situaciju koja se dogodila na kraju igre, na moj prijedlog žele li čuti još jednu priču što su oni rado prihvatili, smatrala sam da je to prikladan trenutak za čitanje te slikovnice.
- Samorefleksija: djeca su jako lijepo prihvatila sve aktivnosti koje sam im ponudila iz didaktičke igre „Kutija puna osjećaja“. Svidjela im se igra u dvorani, a događaj koji je doveo do sukoba poslužio je da dječaci R. i E. izraze svoje osjećaje te da razgovorom dođu do rješenja.

### 9.5.3. RADIONICA 3: SAMOPOŠTOVANJE

- Cilj aktivnosti: osvijestiti pojam samopoštovanja, što ono znači i na koji način ga iskazujemo.
- Opis aktivnosti: uvod u aktivnost započinjem čitanjem slikovnice „Ružna petorka“ autorice J. Donaldson (2017) - slika (10). Djeca su se jako uživala u priču jer sam prilikom čitanja oponašala mimikom lica i glasovnom intonacijom svaki lik koji bi se pojavio. Cilj mi je bio da na kraju priče vidim da li će se djeca povoditi za mojim oponašanjem likova, jer sam uočila da puno njih oponaša moju mimiku lica. Zanimalo me hoće li se poistovjetiti sa likovima u priči, jer oni za sebe misle da su najgori ili će prihvatiti objašnjenje koje je dano kao zaključak, a to je da su oni svojoj djeci najbolji na cijelom svijetu bez obzira kako oni sebe vide. Međutim, čim sam ih upitala jesu li im se svidjeli glavni likovi svi su oduševljeno rekli da jesu. Na moj upit da li i oni misle da su te životinje baš tako ružne kako govore za sebe, oni mi na to spremno odgovaraju da nisu oni tako ružni i da su baš dobri i kako ih njihova djeca puno vole. Nakon toga im objašnjavam značenje riječi samopoštovanje te im govorim da je to ono što mi sami mislimo o sebi. Pokazujem im A4 papir te im objašnjavam kako ću sada svakog pitati nekoliko pitanja o nečemu što misle o sebi - slika (11). Objašnjavam im da s komadićima kolaž papira naprave nešto u čemu misle da su dobri i čime se ponose - slika (12) i slike crteža (13-19).



Slika 10. Čitanje slikovnice „Ružna petorka“

Izvor: fotografija odgojiteljice I.I.

DUGA SAMOPOŠTOVANJA



DUGA SAMOPOSTOVANJA



Slika 11. Fotografija aktivnosti „Duge poštovanja“

Izvor: fotografija autorice rada



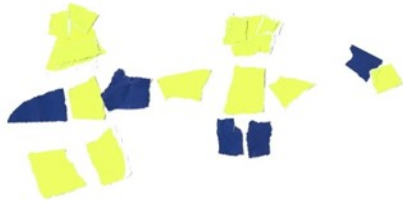
Slika 12. Fotografija aktivnosti sa tehnikom kolaž „Samopoštovanje“

Izvor: fotografija autorice rada



**Slika 13. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž**

Dječak K. -pečem kolače: narančasti kolač je dio kuglofa, sivi se tek počeo dizati, zeleni je od jabuke, crveni od jagode, plavi je od šljiva, a crni je izgorio.



**Slika 14. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž**

Dječak Z. – volim i znam kuhati sa mamom.



**Slika 15. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž**

Dječak D. - ja dobro igram nogomet.



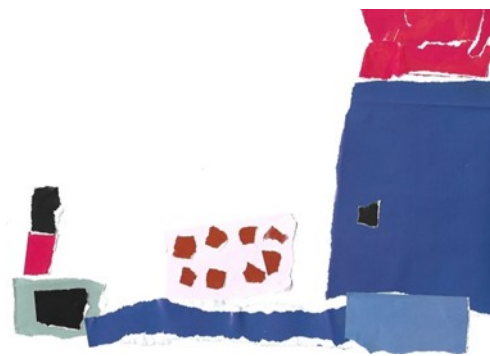
**Slika 16. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž**

Dječak R. - nono mi je dao da vozim traktor.



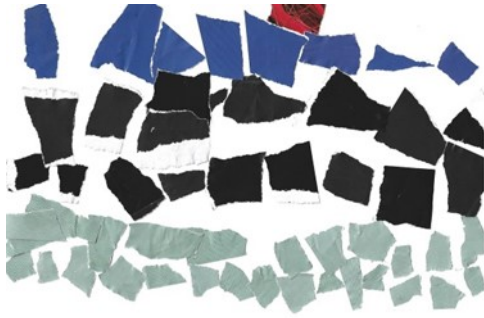
**Slika 17. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž**

Dječak E.- znam pecati ribe.



**Slika 18. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž**

Djevojčica A. – znam dobro peći kolače.



### **Slika 19. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž**

Dječak B. – znam dobro raditi kolače sa tatom.

- Planirano - ostvareno: plan koji sam imala oko provedbe radionice prošao je bez izmjena.
- Samorefleksija: prilikom ispunjavanja duge samopoštovanja vodila sam računa da djeca koja mi odgovaraju na pitanja budu malo izdvojena kako druga djeca ne bi čula što mi govore, da ne bi došlo do ponavljanja istog. Sam termin samopoštovanja djeci nije bio baš jasan te sam im to pokušala objasniti navodeći primjer iz svog iskustva. Vidljivo je da im je trebalo malo vremena da smisle što bi rekli kada su mi odgovarali na pitanja te sam ih potpitanjima navodila da izraze što oni uistinu misle o sebi. Na izjavu „Dobar sam prijatelj“ dosta djece ističe da ih čini dobrim prijateljem to što se igraju sa svima, dijele igračke i pomažu drugima. U odgovorima na pitanje u kojim situacijama osjećaju sreću navode pretežno radnje koje obavljaju u društvu svojih roditelja. Ponosni su na sebe kada dobro crtaju i igraju nogomet, ali i u ovom slučaju većina djece ističe kako se ponose time da pomažu roditeljima ili bakama i djedovima. Kod pitanja zašto misle da su posebni većina ih je kao razlog istaknulo to što pomažu drugima. A ono u čemu smatraju da su dobri su razni kućanski poslovi i društvene igre. Zanimljiva mi je činjenica da je kod izrade slike sa tehnikom kolaž čak troje dječaka napravilo crtež koji ih prikazuje kako kuhaju ili peku kolače, sami ili sa roditeljima. I razlog tomu nije da su međusobno komunicirali i kopirali jedan od drugog, kako se to zna dogoditi u dosta slučajeva, već su koncentrirano radili na svom radu i nisu pretjerano komunicirali među sobom. Oni sam koncept samopoštovanja vide kroz interakciju koju najčešće obavljaju kod kuće sa roditeljima.

#### 9.5.4. RADIONICA 4: SAMOPOUZDANJE

- Cilj aktivnosti: osvještavanje svojih znanja i vještina.
- Opis aktivnosti: u uvodnom dijelu aktivnosti prisjetili smo se što smo radili na prethodnoj radionici i prisjećamo se svih dobrih osobina koje može netko posjedovati. Najavljujem im da će nam se danas na radionici pridružiti jednorog Megi i zamolim ih ako joj svatko može uputiti neku lijepu riječ; ideja je preuzeta iz knjige „Škrinjica s blagom za dječju dušu“ autorice O. Huhlaev (2012). Djeca joj govore kako zna visoko skakati, da je dobra u izvođenju čarolija, da je mekana i lijepa - slika (20). Zatim im kažem kako se sada oni pretvaraju u jednoroga i svi drugi mu moraju reći neku lijepu stvar koju misle o njemu. Djeca se izmjenjuju i prijateljima najviše govore kako su dobri prijatelji i da vole dijeliti igračke sa drugima.



**Slika 20. Fotografija aktivnosti sa jednorogom Megi**

**Izvor: fotografija autorice rada**

Nakon toga prelazimo na slijedeću temu, a to je samopouzdanje. Objašnjavam im da je to ono što znaju sami napraviti bez ičije pomoći. Čitam im slikovnicu „Miš lavljeg srca“ autora J. Fielda i R. Bright (2018) i nakon toga razgovaramo o slikovnici. Dijelim im okvir za slike koje ukrašavaju i uz moju pomoć zapisuju ono što za sebe misle da znaju raditi. Vodim računa da sam udaljena od druge djece dok mi jedno dijete govori što da napišem kako ne bi došlo do ponavljanja istih izraza - slika (21).





## Slika 21. Aktivnost „Okvir za slike“

Izvor: fotodokumentacija autorice rada

- Planirano - ostvareno: ovu radionicu sam izvršila bez odstupanja od prvobitnog plana.
- Samorefleksija: kao i kod pojma samopoštovanja, i ovdje sam djeci isto trebala postaviti dosta potpitanja da mi kažu što mogu napraviti. Vidi se iz priloženog do sada da su im koncepti samopoštovanja i samopouzdanja apstraktni te je potrebno puno dodatnih objašnjenja da dođemo do rezultata.

### 9.5.5. RADIONICA 5: NENASILNO RJEŠAVANJE SUKOBA

- Cilj aktivnosti: učenje vještina kojima se može na nenasilan način riješiti sukob.
- Opis aktivnosti: na početku ove radionice ponavljamo naučeno iz prethodne te svatko na sebe stavlja ogrtač čarobnjaka i nabraja tri stvari koje može napraviti; ideja je preuzeta iz knjige „Iscjeljujuće priče II“ autorice S. Perrow (2013) - slika (22). Odgovori koje mi daju su isprva povezani sa čarobnim moćima čime ih i ovaj plašt i inspirira, međutim kada im objašnjavam da mi navedu nešto iz svakodnevnog života, odgovori variraju od toga da bi posadili u jednu minutu loze ili sve u vrtu, sagradili kuće ili više kuća, a dječak Z. navodi da bi napravio lijek za sve bolesti.



**Slika 22. Fotografija aktivnosti čarobnjakov ogrtač**

**Izvor: fotografija autorice rada**

Nakon toga slijedi čitanje slikovnice „Vjeverice svađalice“ autorice Bright, R. (2019) te im nakon čitanja predstavljam lutku koju sam napravila - slika (23) i s još jednom pomoćnom lutkom iz vrtića koja prikazuje vjevericu zamolim ih da osmisle igrokaz iz priče koju su poslušali. Na početku, kada uzmu lutke započinju glumiti pojedine scene bez glasovnog izražavanja te im objašnjavam da su likovi u knjizi puno govorili i da pokušaju to napraviti izgovarajući i tekst. Jako su se brzo uživjeli i odlično uprizorili slikovnicu pomoću lutki - slika (24).





**Slika 23. Fotografija predstavljanja lutke za igrokaz**

**Izvor: fotografija pedagoginje D.K.**



**Slika 24. Fotografije igrokaza „Vjeverice svađalice“**

**Izvor: fotografija autorice rada**

Nakon toga molim nekog da se javi, smisli razlog svađe i da je odglumi. Javljuju se dječaci R. i K. - slika (25) i transkript razgovora prikazan u tablici (1).



**Slika 25. Fotografije sukoba**

**Izvor: fotografija autorice rada**

**Tabela 1. Dječji odgovori na simulaciju sukoba**

Pitam ih koju situaciju su smislili kao razlog svađe.	
dječak K.	R. me pitao loptu ali mu je nisam želio dati i onda mi ju je uzeo i ja sam ga udario.
dječak R.	Ali onda kada me udria mi je odmah reka oprostio i smo se pomirili.
autorica rada	I što ste se onda dogovorili u vezi lopte?
dječak K.	Da ćemo se skupa igrati i dodavati se.
autorica rada	A si ti njemu R. oprostio što te udario?
dječak R.	Ne.
autorica rada	Nisi mu znači još oprostio, još si ljutit?
dječak R. ne odgovara.	
autorica rada	A ti K. da je situacija obrnuta bi ti R. oprostio?
dječak K.	Da, odmah.
autorica rada	R. što mu ne bi odmah oprostio jer si ljutit?
dječak R.	Da.
autorica rada	A što bi onda napravio?
dječak R.	Kada malo pasa vrime bi mu oprostio.

**Izvor: transkript audio snimke autorice rada**

U vrijeme kada sam započela radionice izradila sam kutiju koja nosi naziv „Brigojed“ i osmišljena je tako da odgojiteljice u nju ubacuju konfliktne ili problematične situacije koje su se dogodile dok me nije bilo. Danas ih prvi put vadim iz kutije i objašnjavam djeci da ću sada pročitati situaciju sa papirića i pitati ih par pitanja - slika (26) i tablica (2-3).



**Slika 26. Rješavanje situacija iz kutije „Brigojed“**

**Izvor: fotografija pedagoginje D.K.**

Situacija 1 – „Pljuvao je u parku drugu djecu“

**Tabela 2. Razgovor nakon pročitane situacije iz kutije „Brigojed“**

autorica rada	Što mislite o tome da jedan prijatelj pljuje drugog?
dječak K.	To nije u redu jer se onda prijatelj osjeća tužno.
autorica rada	A što mu možeš reći kada se to dogodi?
dječak B.	Stop, to mi smeta!
autorica rada	Možeš mu objasniti i tako da mu prvo kažeš: kada ti što?
dječak K.	Mene pljuješ...
autorica rada	Osjećam se kako?
dječak B.	Loše.
djevojčica A.	I tužno.
autorica rada	I željela bih da?
dječak K.	Da to više ne radiš.

**Izvor: transkript audio snimke autorice rada**

Situacija 2. „N. su gurali i govorili joj da ima ružne naočale.“

**Tabela 3. Razgovor nakon pročitane situacije iz kutije „Brigojed“**

Sva djeca se javljaju u isti glas da mi objasne što se dogodilo, kada su mi objasnili pitam ih:	
autorica rada	Što mislite kako se N. osjećala?
dječak K.	Vidjelo se da je jako tužna.
autorica rada	A što je mogla N. napraviti?
dječak R.	Reći: stop to mi smeta.
autorica rada	I što još je mogla napraviti?
dječak D.	Prestanite to me boli i ljuti.
djevojčica A.	Ja sam čula da je to rekla ali nisu baš prestali.
autorica rada	Što im je još mogla reći?
dječak K.	Idem to reći teti.
autorica rada	To obavezno mora napraviti, ali što je mogla napraviti kada vidi da je ne slušaju?
autorica rada	Se mogla možda udaljiti na neko drugo mjesto da ne bude blizu njih?
dječak K.	Da, jer ako je ne slušaju kada im ona govori da prestanu znači da baš mora samo otići možda se oni smire, ali obavezno to reći teti.

**Izvor: transkript audio snimke autorice rada**

- Planirano – ostvareno: u planu mi je bila obrada jedne pjesmice i likovna radionica, ali smo jako puno vremena utrošili na igrokaz i razgovaranje o situacijama iz „Brigojeda“ te sam zamijetila da su se umorili i odlučila to prebaciti za sljedeću radionicu.
- Samorefleksija: jako im se svidjela slikovnica „Vjeverice svađalice“ te su sa velikim interesom odglumili igrokaz uz pomoću lutki. Kod razgovora o situacijama iz kutije „Brigojed“ pokazali su prepoznavanje emocija i asertivno ponašanje. Na ovoj radionici je bila prisutna i pedagoginja te mi je dala par savjeta za sljedeću radionicu koja je iste tematike. Jako sam zadovoljna kako su se djeca snašla u situacijama i iskoristila sam priliku da im predstavim „ja poruke“.

### 9.5.6. RADIONICA 6: NENASILNO RJEŠAVANJE SUKOBA

- Cilj aktivnosti: učenje vještina kojima se može na nenasilan način riješiti sukob.
- Opis aktivnosti: na početku aktivnosti najavljujem da ću im pokazati nekoliko fotografija i da mi kažu kakvo ponašanje djece zamjećuju i na koji način bi oni riješili situacije - slike (27-30). Pri tome ih navodim da koriste „Ja poruke“ koje smo upotrebljavali u prethodnoj radionici. Čitam im slikovnicu „Kada se ljutim“ autorice T.Moroney (2006) te po završetku razgovaramo o pročitanoj. Nakon toga kažem im da ćemo naučiti pjesmicu „Prste ima ruka svaka“, gestama im pokazujem što da rade sa rukama dok pjevaju pojedini stih. Ponavljamo je par puta, sviđa im se jako dio gdje udaraju šakom na šaku, jako brzo je pamte i izvode sami bez moje pomoći. Nakon toga ih pitam kako se najčešće tučemo, oni odgovaraju s rukama i odmah nakon toga djevojčica A. kaže da im tete uvijek kažu „razgovaraj, ne udaraj“ kada dođe do konfliktnih situacija. Slijedi likovna radionica na kojoj svatko precrtava svoju šaku na papir te je ukrašava po želji - slika (31) i dječji crteži na temu šake - slika (32).



Slika 27. Prikaz konfliktnih situacija



Slika 28. Prikaz konfliktnih situacija



Slika 29. Prikaz konfliktnih situacija



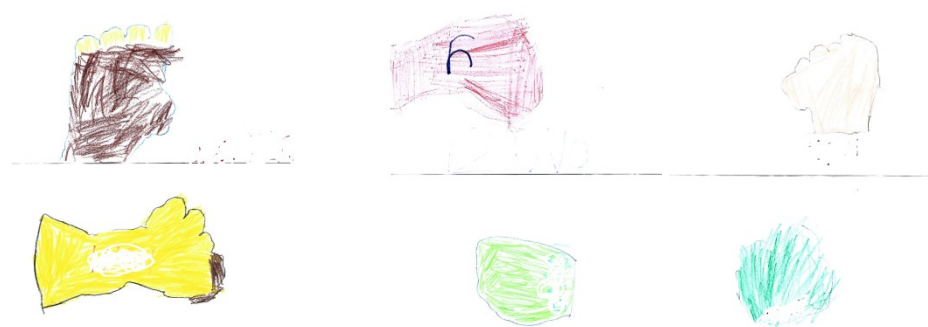
Slika 30. Prikaz konfliktnih situacija

Izvor: [https://www.freepik.com/premium-vector/kids-bullying-childish-bullies-verbal-physical-conflict-children-bad-child-behavior-scared-strong-angry-children-conflict-cartoon-characters-confrontation\\_21140806.htm](https://www.freepik.com/premium-vector/kids-bullying-childish-bullies-verbal-physical-conflict-children-bad-child-behavior-scared-strong-angry-children-conflict-cartoon-characters-confrontation_21140806.htm)



**Slika 31. Aktivnost crtanja šaka**

**Izvor: fotografija autorice rada**



**Slika 32. Dječji crteži likovne aktivnosti: šaka**

**Izvor: fotodokumentacija autorice rada**

- Planirano-ostvareno: aktivnost povezana sa pjesmom „Prste ima ruka svaka“ je nastavak prethodne radionice.
- Samorefleksija: djeca su dobro argumentirala i jednu i drugu sukobljenu stranu i pri tome su koristila „Ja poruke“. I dalje im je prva reakcija kada ih pitam kako će spriječiti sukob rečenica: „Stop, to mi smeta“. Evidentno je da su to učili u grupi od odgojiteljica te im ta izjava dolazi prva na pamet u takvim situacijama.

### **9.5.7. RADIONICA 7: ASERTIVNOST**

- Cilj aktivnosti: naučiti izražavati svoje misli, osjećaje, uvjerenja, potrebe i ciljeve na direktan način.
- Opis aktivnosti: započinjem radionicu s jednom aktivnošću koja je vezana za prethodnu radionicu tako da im najavljujem da ću im pročitati priču „Mali bijeli

zec“ i kažem im da kad dođem do riječi „zec“ neću je izgovoriti nego ću samo gestom pokazati uši na glavi te oni moraju izgovoriti riječ „zec“ (priča preuzeta iz knjige „Više od igre“ autorice D. Bojović (2015)). Iako moram primijetiti da su inače više zainteresirani kada im čitam slikovnice i pokazujem ilustracije, u ovom slučaju malo su se zamorili tijekom čitanja jer u ovoj priči nije bilo ilustracija i pred kraj su izgubili interes. Nakon pročitano pitam ih kako bi oni riješili određenu situaciju koja je zadesila zeca u priči, tablica (4).

**Tabela 4. Razgovor nakon aktivnosti čitanja priče „Mali bijeli zec“**

autorica rada	Što bi vi napravili da vam netko smeta i gnjavi vas kao braća maloga zeca?
dječak B.	Ja bi mu rekao stop, to mi smeta.
dječak K.	Ja bi mu rekao to me boli i to mi smeta.
autorica rada	A kada nam i dalje nastavlja smetati?
dječak Z.	Opet mu ponovimo da nam smeta i da to nije lipo ča dela.
autorica rada	A što ako ni tada ne prestane?
dječak K.	Onda se maknemo od njega i idemo se igrati nešto drugo dok se ne smiri.

**Izvor: transkript audio zapisa autorice rada**

Nakon toga im objašnjavam da ćemo danas pričati o asertivnosti te im objašnjavam značenje te riječi i najavljujem da ću im čitati slikovnicu „Gospođica hoću“ autorica T. Lipovec Fraculj i J. Brezovec (2019). Njihova reakcija je da već znaju tu slikovnicu jer im je odgajateljice puštaju u audio obliku kada idu spavati. Pozorno slušaju kada im je čitam i nakon toga razgovaramo o pročitano. Sa svakim djetetom zatim razgovaram o tome koje bi junačko djelo mogao napraviti i ono to uprizoruje ispred cijele grupe – ideja preuzeta iz knjige „Škrinjica s blagom za dječju dušu“ autorice O. Huhlaev (2012) - slika (33). Slijedi likovna radionica na kojoj crtaju svoje junačko djelo - slike crteža (34).



**Slika 33. Aktivnost junačko djelo**

**Izvor: fotografije autorice rada**



**Slika 34. Dječji crteži na temu: junačko djelo**

- Planirano - ostvareno: planirala sam sa crtežima napraviti knjigu, ali to ipak nismo realizirali
- Samorefleksija: sviđa mi se kakve su zaključke donijeli na kraju razgovora poslije čitanja priče o bijelom zecu. Kada smo završili sa čitanjem slikovnice o asertivnosti još smo malo razgovarali o tome što ta riječ znači; sama artikulacija riječi im je jako izazovna, međutim imala sam dojam da su shvatili kada sam im objašnjavala što sve znači biti asertivan. Cilj glumljenja junačkog djela ispred drugih je način da dijete osvijesti da kada izražava svoje mišljenje ili ideju nije ovisan o tuđem mišljenju i time ujedno jača svoje samopoštovanje.



### 9.5.8. RADIONICA 8: ASERTIVNOST

- Cilj aktivnosti: naučiti izražavati svoje misli, osjećaje, uvjerenja, potrebe i ciljeve na direktan način.
- Opis aktivnosti: u upotrebi je opet didaktički materijal „Kutija osjećaja“. Zadatak je da svako dijete izabere masku koju želi i onda taj prizor odglumi - slika (35) i transkript razgovora tablica (5), nakon čega pokaže na emociometru kako se osjeća - slika (36).



**Slika 35. Aktivnost glumljenja pomoću maska sa osjećajima**

**Izvor: fotografije autorice rada**

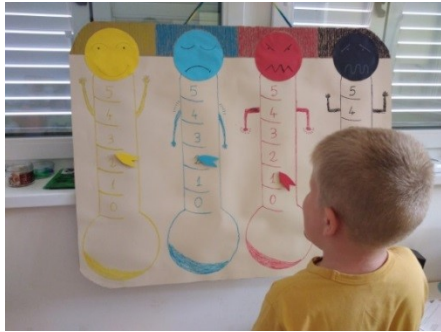
**Tabela 5. Dječji odgovori iz scena glumljenja pomoću maski**

autorica rada	Ispričajte mi što se dogodilo.
dječak K.	Ja sam prestrašen jer me B. udario.
djevojčica A.	Ja sam tužna i plačem jer je i mene udario.
autorica rada	Zašto si ih B. udario?
dječak B.	Jer sam jako ljut jer se ne žele igrati sa mnom.
autorica rada	Što još možeš napraviti da se to promjeni i da se oni igraju sa tobom?
dječak B.	Mogu im reći oprost i popričati sa njima.

Dječak K. skida masku ljutnje i stavlja masku sreće.

dječak K. Sada sam sretan jer si mi rekao oprosti.

**Izvor: transkript audio zapisa autorice rada**



**Slika 36. Označavanje stupnja određene emocije**

**Izvor: fotografije autorice rada**

- Planirano - ostvareno: ovom radionicom sam htjela zaokružiti sve radionice do sada i zato je planirana samo ova aktivnost.
- Samorefleksija: djeca su opet bila jako zainteresirana za igranje uloga prilikom kojih mogu nositi maske. Nešto djeci je trebalo vremena da odluče što žele točno odglumiti sa kojom emocijom i zabavljali su se smišljajući scene. One su pretežno bile problematike rješavanja sukoba te se vidi da je to nešto što se događa u njihovim svakodnevnim situacijama. Glumljenjem situacija u okruženju kada nisu usred prave svađe uočavam da odmah biraju miroljubiva rješenja. Pitanje je da li će se to primjenjivati i ubuduće kada se dogodi pravi sukob.

## 9.6 Rasprava

U prve dvije radionice tema je prepoznavanje i izražavanje emocija. Kao što i same autorice Densmor i Bauman (2014) ističu, najbolji način na koji možemo djetetu ukazati na emocije drugih je tijekom igre. Vezano za emocije, prvenstveno sam koristila literaturu koja prikazuje razne emocionalne situacije kako bi se djeca mogla poistovjetiti sa likovima. Osim toga, važno mi je bilo da im ukažem i na ekspresije lica i govor tijela kako bi mogli bolje razumjeti i interpretirati emocije drugih. Dala sam im priliku da uprizore određene situacije i da sami smisle priče koje žele odglumiti. To je odmah pokazalo rezultat prilikom igre koju su odigrali u dvorani gdje je došlo do sukoba među dječacima iz različitih ekipa. Uz moju pomoć u prvoj situaciji, gdje sam im morala ukazati kako se osjeća dječak (E) slijedi reakcija dječaka (R) koji prepozna i prizna emociju te nudi prikladno rješenje. U drugoj situaciji, u kojoj je moja intervencija bila samo u vidu poticanja dječaka (B) da verbalizira dječaku (E) kako se osjeća, sami su, bez moje pomoći, predložili rješenje. Po završetku radionica bilo je vidljivo da su djeca usvojila pravilno prepoznavanje i izražavanje emocija.

Slijedeće dvije radionice posvećenu su pojmovima samopoštovanja i samopouzdanja kod kojih sam se isto koristila slikovnicama kako bih im što razumljivije objasnila ta dva pojma. U obje radionice uvrstila sam likovni izričaj u vidu izrade slika i verbalizacije o tome što misle o sebi ili što misle za sebe da najbolje rade. Kako ističe Greenspen (2003), da bi se dijete dobro osjećalo i osvijestio pojam o sebi, on to mora vidjeti vlastitim očima. Iako im je, naravno, terminologija i nakon toga bila zbunjujuća jer im je to previše apstraktan pojam, kroz likovnu tehniku i razgovor su to ipak uspjeli jednim djelom osvijestiti.

Zatim slijede radionice kojima je cilj nenasilno rješavanje sukoba. Ovim radionicama sam pristupila najviše iz kuta onih situacija koje im se mogu dogoditi u vrtiću. Koristila sam slikovnicu kao sredstvo putem kojih bi djeca na svoj način, pomoću lutaka, mogla uprizoriti situaciju i poistovjetiti se s likovima iz priče. Brojni autori, a među njima i Densmor i Bauman (2014) ističu kako je kod sukoba prvenstvena reakcija agresija ili, u nekim slučajevima, pasivnost. Na odraslima je da poduče i potiču djecu pravilnoj komunikaciji kada se takva situacija dogodi, kako bi ona bila u stanju na samostalan način riješiti sukob. Ovdje je prikazana situacija kada su sami morali smisliti sukob i način na koji bi ga riješili. U ovom slučaju vidi se

različito promišljanje i karakter djece - dječak K. bi odmah prihvatio ispriku, dok je dječaku R. potrebno više vremena da procesira situaciju te da na kraju prihvati ispriku. U ovim radionicama uvedena je i aktivnost u kojoj iz kutije „Brigojed“, koju sam napravila kako bi odgojiteljice mogle u nju stavljati ceduljice sa sukobima i situacijama koje se dogode u grupi kada ja nisam prisutna, izvlačim ceduljice o kojima razgovaram s djecom. Tu je vidljivo da shvaćaju neprimjereno ponašanje i uviđaju da su mogli postupiti na neki drugi način te nude razna rješenja. Najviše se koriste izrazom „Stop, to mi smeta.“ kojim su ih podučile odgojiteljice u grupi da reagiraju kada dođe do situacije koja im nije ugodna. Potičem ih da u tim prilikama koriste i „ja poruke“ tako što započinjem rečenicu i puštam njih da je dovrše. Zatim koristim razne slike sukoba koje im pokazujem, a vezane su za situacije koje im se mogu dogoditi u vrtiću poput rujanja, oduzimanja igračke, tuče i ometanja drugog djeteta u igri. Kod svake od njih vidljivo raspoznaju neprimjereno ponašanje i ukazuju koje bi bilo ono prihvatljivo.

Zadnje dvije radionice fokusirane su na samo asertivno ponašanje te im tu, uz pomoć slikovnice, predstavljam pojam asertivnosti i kroz aktivnost junačko djelo djeca pokazuju asertivno ponašanje, a kroz aktivnost „Mali bijeli zec“ to iskazuju na verbalan način. Zadnja aktivnost zaokružuje sve aspekte svih radionica gdje je moguće pokazati stupanj asertivnog ponašanja cijele grupe koju su usvojili tijekom radionica. Napomenula bih kako mi je bio primaran plan da se kod svake radionice koristim slikovnicama jer smatram da je to najbolja opcija da uvedem djecu u bilo koju situaciju koju im želim predstaviti, te je to dobar temelj za likovne, glumačke i razne druge aktivnosti koje oni mogu sami iskusiti.

Završetkom svih radionica utvrdila sam da skupina „Igllice“ pokazuje veliki stupanj shvaćanja i primjenjivanja asertivnog ponašanja. Ovdje bih istaknula dječaka K. koji ne samo da je sam u nekoliko prilika pokazao da mu asertivno ponašanje nije stran pojam, već je sudjelovao i javljao se za svaku aktivnost u kojoj je i morao pokazati određene vještine asertivnog ponašanja. Kako su se radionice provodile i kako sam ih u više navrata poticala da asertivno ponašanje pokažu verbalnim izričajem, sve su više usvajali određene pojmove i fraze koje se koriste u asertivnom izražavanju. Mišljenja sam da se ovakav tip radionica, tehnika i igri mora provoditi kroz cijelu pedagošku godinu kako bi djeci svaki element asertivnog ponašanja bio blizak te bi ga svakodnevno primjenjivali.

## 10. ZAKLJUČAK

Mnogobrojna istraživanja pokazuju i dokazuju koliko je emocionalna inteligencija važna za život pojedinca. Sve više autora naglašava kako je važno od najranije dobi poticati i razvijati djetetovu emocionalnu inteligenciju, jer će mu ona kasnije u životu diktirati uspjeh u poslu i društvenim vezama. Kao stručnjaci koji oblikujemo dječji život ne smijemo zanemariti odgovornost koju nosimo, jer smo mi ti koji uz roditelje oblikujemo i pripremamo dijete za život.

Kao jedna od značajnih karakteristika emocionalne inteligencije ističe se asertivnost. Odlike asertivnosti su što pokazuje kako na adekvatan način izraziti svoje osjećaje i mišljenja bez da ugrožavamo drugu osobu, što prihvaćamo odgovornost za svoje ponašanje, otvoreno tražimo ono što želimo, otvoreni smo i iskreni prema drugima i još niz pozitivnih aspekata. Djeca najbolje uče iz svoje neposredne okoline i, naravno, želimo li da dijete postane asertivno mi smo modeli koje će ono oponašati. Asertivnost je predškolskom sustavu najdjelotvornija metoda komunikacije te smo mi kao odgojitelji dužni najprije kod sebe razvijati vještine asertivnosti kako bi je mogli prenijeti na djecu. U našem radu to možemo implementirati tako što ćemo staviti naglasak na što češćoj asertivnoj komunikaciji i igrama koje to mogu razvijati. Prilikom provođenja radionica mogla sam se u to i uvjeriti, jer kako smo odmicali sa svakom radionicom djeca su počela primjenjivati asertivan način rješavanja sukoba i verbalizirati svoje osjećaje na način da ih sugovornik razumije.

Primijetila sam da im je lakše verbalizirati rješavanje sukoba koje su glumili oni sami ili uz pomoć lutaka jer tada su igrali ulogu te su mogli sagledati situaciju iz mirnog kuta. U situacijama u kojima bi oni sami morali smisliti razlog sukoba ili pronaći način kako će ga riješiti počeli su sve više upotrebljavati „ja poruke“. Smatram da su, kroz igru, likovne i glumačke aktivnosti shvatili koncept same asertivne komunikacije koju sam im željela prenijeti putem radionica. Asertivnost je vještina koja se uči iz dana u dan i to je proces koji zahtjeva veliki angažman odgojitelja te bi ga on morao iskoristiti na konkretnim situacijama koje se svakodnevno događaju u skupini, jer na taj način dijete najbolje usvaja naučeno.

## LITERATURA

- AJDUKOVIĆ, M. i PEČNIK, N. (2007.) *Nenasilno rješavanje sukoba*. Zagreb: Alineja.
- ALEXANDER, J.J. i SANDAHL, I.D. (2018.) *Danski odgoj djece*. Zagreb: Egmont d.o.o.
- BILBAO, A. (2020.) *Dječji mozak objašnjen roditeljima*. Zagreb: Egmont d.o.o.
- BOJOVIĆ, D. (2015.) *Više od igre*. Split: Harfa
- BRACKETT, M. (2021.) *Pravo na osjećaje*. Zagreb: Egmont d.o.o.
- BRAJŠA, P., BRAJŠA-ŽGANEC, A., SLUNJSKI, E. (1999.) *Tajna uspješnog roditelja i odgojitelja*. Pula: C.A.S.H.
- BRIGHT, R. (2019.) *Vjeverice svađalice*. Zagreb: Profil knjiga.
- CHABOT, D. i CHABOT, M. (2009.) *Emocionalna pedagogija*. Zagreb: Educa, nakladno društvo d.o.o.
- COOPER, S. (2009.) *Braniti se riječima*. Buševac: Ostvarenje d.o.o.
- DENSMORE, A. i BAUMAN, M. (2014.) *Vaš uspješan predškolac*. Zagreb: Veble commerce.
- DONALDSON, J. (2017.) *Ružna petorka*. Zagreb: Ibis grafika.
- FIELD, J i BRIGHT, R. (2018.) *Miš lavljeg srca*. Zagreb: Profil knjiga.
- GJURKOVIĆ, T. (2016.) *Terapija igrom*. Split: Harfa d.o.o.
- GOLEMAN, D. (1997.) *Emocionalna inteligencija*. Zagreb: Mozaik knjiga.
- GREENSPAN, S.I. (2003.) *Vještine igrališta*. Lekenik: Ostvarenje d.o.o.
- GREENSPAN, S.I. (2004.) *Zahtjevna djeca*. Lekenik: Ostvarenje d.o.o.
- HAJNCL, LJ. i VUČENOVIĆ, D. (2013.) Emocionalna inteligencija: modeli i mjerenje 20 godina poslije. *Suvremena psihologija*. [online] 16 (1). str. 95-113. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/111645> [Pristupljeno: 22. rujan 2022.]
- HOWARTH, H. (2015.) *Zašto se bojim?* Zagreb: Neretva d.o.o.

- HUHLAEV, O. (2012.) *Škrinjica s blagom za dječju dušu*. Zagreb: Planet Zoe d.o.o.
- ISERN, S. (2018.) *Emociometar inspektora Kroka*. Zagreb: Planetopija.
- Kodeks etike psihološke djelatnosti NN (05/13). Dostupno na: [https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2005\\_01\\_13\\_217.html](https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2005_01_13_217.html) [Pristupljeno:16. rujna. 2022.]
- KOVAČEVIĆ, B. i RAMADANOVIĆ, E. (2016.) Primarne emocije u hrvatskoj frazeologiji. *Časopis Instituta za hrvatski jezik i jezikoslovlje*. . [online] (42/2). str. 505-527. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/file/262026> [Pristupljeno: 15. rujna 2022.]
- LANTIERI, L., i GOLEMAN D. (2012.) *Vježbe za razvoj emocionalne inteligencije*. Split: Harfa d.o.o.
- LIPOVEC FRACULJ, T. i BREZOVEC, J. (2019.) *Gospođica Hoću*. Varaždin: Evenio.
- LLENAS, A. (2022.) *Raznobojno čudovište*. Zagreb: Profil knjiga.
- MENÉNDEZ-PONTE, M. (2020.) *Velika knjiga emocija*. Zagreb: Planetopija.
- MILIVOJEVIĆ, Z. (2010.) *Emocije*. Zagreb: Mozaik knjiga.
- MILJKOVIĆ, D. i RIJAVEC M. (2002.) *Kako se zauzeti za sebe?* Zagreb: „IEP“ d.o.o.
- MILJKOVIĆ, D. i RIJAVEC, M. (2011.) *Bolje biti vjetar nego list*. Zagreb: „IEP“ d.o.o.
- MILJKOVIĆ, D. i RIJAVEC, M. (2012.) *Razgovori sa zrcalom*. Zagreb: „IEP“ d.o.o.
- MORONEY, T. (2006.) *Kada se ljutim*. Zagreb: Golden marketing-Tehnička knjiga.
- OATLEY, K. i JENKINS, M. J. (2003.) *Razumijevanje emocija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- OLDLAND, N. (2018.) *Tri prijatelja u čamcu*. Zagreb: Planetopija.
- PERROW, S. (2013.) *Iscjeljujuće priče II*. Velika Mlaka: Ostvarenje d.o.o.
- PEŠEC, M., KREŠIĆ KOZONIĆ, I. i DRAGUN, M. (2015.) *Sva lica osjećaja*. Zagreb: Golden marketing-Tehnička knjiga.
- PREMIUM VECTOR *Kids bullying. childish bullies or verbal and physical conflict between children....* Dostupno na: <https://www.freepik.com/premium-vector/kids->

[bullying-childish-bullies-verbal-physical-conflict-children-bad-child-behavior-scared-strong-angry-children-conflict-cartoon-characters-confrontation\\_21140806.htm](https://www.researchgate.net/publication/361408066/bullying-childish-bullies-verbal-physical-conflict-children-bad-child-behavior-scared-strong-angry-children-conflict-cartoon-characters-confrontation_21140806.htm)

[Pristupljeno: 19. srpnja 2022.]

REEVE, J. (2010.) *Razumijevanje motivacije i emocija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

REZIĆ, L. (2006.) Emocionalni razvoj djeteta - Kako pomoći djetetu da se snađe s onim što se događa u njemu i oko njega? *Dijete, vrtić, obitelj : Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*. [online] vol.12 (45). str. 7-9. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/177722> [Pristupljeno: 13. kolovoza 2022.]

ROSENWEIN, B.H. (2015.) Problemi i metode istraživanja povijesti emocija. *Historijski zbornik*. [online] LXVIII (2). str. 437–458. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/file/244169> [Pristupljeno: 10. kolovoza 2022.]

SALOVEY, P. i SLUYTER D.J. (1999.) Što je emocionalna inteligencija? U: P.Salovey i D.J. Sluyter (ur.) *Emocionalni razvoj i emocionalna inteligencija: pedagoške implikacije* (str. 19-54). Zagreb: Educa.

SHAPIRO, L.E. (2015.) *Kako razviti emocionalnu inteligenciju djeteta*. Zagreb: Mozaik knjiga d.o.o.

SIEGEL, D.J. i PAYNE BRYSON, T. (2015.) *Razvoj dječjeg mozga*. Split: Harfa d.o.o.

SIEGEL, D.J. i PAYNE BRYSON, T. (2018.) *Snaga pozitivno oblikovanog mozga*. Split: Harfa d.o.o.

SLUNJSKI, E. (2013.) *Kako djetetu pomoći da upozna svoje emocije i (nauči njima upravljati)*. Zagreb: Element d.o.o.

STARC, B., ČUDINA OBRADOVIĆ, M., PLEŠA, A., PROFACA, B., i LETICA, M. (2004.) *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi*. Zagreb: Golden marketing –Tehnička knjiga.

Zakon o provedbi Opće uredbe o zaštiti podataka NN (42/18). Dostupno na: [https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2018\\_05\\_42\\_805.html](https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2018_05_42_805.html) [Pristupljeno: 16. rujna. 2022.]



## POPIS SLIKA

Slika 1. Fotografije aktivnosti „Pomiješani miš maš osjećaji“ .....	21
Slika 2. Fotografije aktivnosti „Kaleidoskop“ .....	21
Slika 3. Dječji crteži osjećaja – strah .....	22
Slika 4. Dječji crteži osjećaja - sreća .....	22
Slika 5. Dječji crteži osjećaja - ljutnja .....	22
Slika 6. Dječji crteži osjećaja – tuga .....	23
Slika 7. Fotografija aktivnosti listanja slikovnice .....	23
Slika 8. Fotografije aktivnosti glumljenja emocija.....	24
Slika 9. Fotografije aktivnosti igre u dvorani .....	25
Slika 10. Čitanje slikovnice „Ružna petorka“ .....	27
Slika 11. Fotografija aktivnosti „Duge poštovanja“ .....	27
Slika 12. Fotografija aktivnosti sa tehnikom kolaž „Samopoštovanje“ .....	27
Slika 13. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž .....	28
Slika 14. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž .....	28
Slika 15. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž .....	28
Slika 16. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž .....	29
Slika 17. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž .....	29
Slika 18. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž .....	29
Slika 19. Dječji crtež teme samopoštovanje - tehnika kolaž .....	30
Slika 20. Fotografija aktivnosti sa jednorogom Megi.....	31
Slika 21. Aktivnost „Okvir za slike“ .....	32
Slika 22. Fotografija aktivnosti čarobnjakov ogrtač.....	33
Slika 23. Fotografija predstavljanja lutke za igrokaz .....	34
Slika 24. Fotografije igrokaza „Vjeverice svađalice“ .....	34
Slika 25. Fotografije sukoba .....	34
Slika 26. Rješavanje situacija iz kutije „Brigojed“ .....	36
Slika 27. Prikaz konfliktnih situacija .....	38
Slika 28. Prikaz konfliktnih situacija .....	38
Slika 29. Prikaz konfliktnih situacija .....	38
Slika 30. Prikaz konfliktnih situacija .....	38
Slika 31. Aktivnost crtanja šaka .....	39
Slika 32. Dječji crteži likovne aktivnosti: šaka .....	39

Slika 33. Aktivnost junačko djelo .....	41
Slika 34. Dječji crteži na temu: junačko djelo.....	41
Slika 35. Aktivnost glumljenja pomoću maska sa osjećajima .....	42
Slika 36. Označavanje stupnja određene emocije .....	43

## **POPIS TABELA**

Tabela 1. Dječji odgovori na simulaciju sukoba .....	35
Tabela 2. Razgovor nakon pročitane situacije iz kutije „Brigojed“ .....	36
Tabela 3. Razgovor nakon pročitane situacije iz kutije „Brigojed“ .....	37
Tabela 4. Razgovor nakon aktivnosti čitanja priče „Mali bijeli zec“ .....	40
Tabela 5. Dječji odgovori iz scena glumljenja pomoću maski .....	42

## **SAŽETAK**

Cilj ovog završnog rada je istaknuti koliko emocionalna inteligencija utječe na život pojedinca i koje su njene glavne karakteristike, kao i važnost prepoznavanja, izražavanja i razumijevanja emocija. Jednako tako, ističe se važnost razvoja emocionalne inteligencije kod predškolskog djeteta i uloga odgojitelja u tom procesu. Sagleda se razvijanje asertivnosti kao jedan od aspekata emocionalne inteligencije i u sklopu toga je napravljeno osam radionica u skupini djece od 6 do 7 godina, gdje se uz razne igre, likovne radionice i dramske improvizacije željelo potaknuti asertivno ponašanje.

Ključne riječi: emocije, emocionalna inteligencija, asertivnost

## **SUMMARY**

The aim of this final essay is to highlight how much emotional intelligence affects an individual's life and what its main characteristics are. It highlights also the importance of recognizing, expressing and understanding emotions as well as the development of emotional intelligence in preschool-aged children and the role of educators in that process. The development of assertiveness is considered as one of the aspects of emotional intelligence, so within this topic, eight workshops were held in a group of children aged 6 to 7 years, where various games, art workshops and theater improvisations had the aim to encourage assertive behavior.

Keywords: emotions, emotional intelligence, assertiveness