

# Ja poruke i osobna odgovornost u vršnjačkim interakcijama

---

**Radošević, Marija**

**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:137:328218>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-12-23**



*Repository / Repozitorij:*

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



Sveučilište Jurja Dobrile u Puli  
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

**MARIJA RADOŠEVIĆ**

**JA PORUKE I OSOBNA ODGOVORNOST U VRŠNJAČKIM INTERAKCIJAMA**

Završni rad

Pula, 2022.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli  
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

**MARIJA RADOŠEVIĆ**

**JA PORUKE I OSOBNA ODGOVORNOST U VRŠNJAČKIM INTERAKCIJAMA**

Završni rad

**JMBAG:** 0303089169, redovita studentica

**Studijski smjer:** Preddiplomski sveučilišni studij Rani i predškolski odgoj i obrazovanje

**Predmet:** Trening socijalnih vještina

**Znanstveno područje:** Društvene znanosti

**Znanstveno polje:** Psihologija

**Znanstvena grana:** Razvojna psihologija

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

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

Pula, 2022.

## SADRŽAJ

1.UVOD.....	1
2.SOCIJALNA KOMPETENCIJA.....	2
2.1. SASTAVNICE SOCIJALNE KOMPETENCIJE.....	2
2.1.1. SPOSOBNOST REGULACIJE EMOCIJA.....	3
2.1.2. SOCIJALNA ZNANJA I SOCIJALNO RAZUMIJEVANJE.....	3
2.1.3. SOCIJALNA UMIJEĆA.....	4
2.1.4 SOCIJALNE DISPOZICIJE.....	4
2.2.1 ULOGA ODGOJITELJA U UČENJU SOCIJALNIH KOMPETENCIJA.....	5
3. KOMUNIKACIJA.....	6
3.1. OBLICI KOMUNIKACIJE.....	7
3.2. PREDUVJETI USPJEŠNE KOMUNIKACIJE.....	7
3.2. WATZLAWICKOVA TEORIJA KOMUNIKACIJE.....	8
3.3. ODLIKE ODGOJITELJA U KOMUNIKACIJSKOM PROCESU.....	9
4.VERBALNA KOMUNIKACIJA.....	10
4.1.IZVORI TEŠKOĆA/PREPREKA U KOMUNIKACIJSKOM PROCESU.....	11
4.2. OBLICI VERBALNE KOMUNIKACIJE.....	12
5. ASERTIVNOST.....	13
5.1.KARAKTERISTIKE ASERTIVNE OSOBE.....	14
6.JA PORUKE.....	14
6.1.PRETVARANJE TI PORUKA U JA PORUKE.....	15
6.2. CJELOVITE JA PORUKE.....	16
6.3. KORIST UPOTREBE JA PORUKA.....	17
7.OSOBNA ODGOVORNOST.....	18
7.1. OSOBNA ODGOVORNOST DJECE.....	18
7.2. RAZVOJ OSOBNE ODGOVORNOSTI DJECE.....	19
7.3. ULOGA ODRASLIH U RAZVOJU OSOBNE ODGOVORNOSTI.....	19
7.4. TEŠKOĆE U ZASTUPANJU OSOBNE ODGOVORNOSTI.....	21
8. PRAKTIČNI DIO.....	21
8.1. CILJ I SVRHA PRAKTIČNOG DIJELA.....	21
8.2. ISPITANICI.....	22
8.3. METODA I POSTUPCI.....	22
8.4. PRIKAZ RADIONICA I DJEČJIH ODGOVORA.....	22
9.RASPRAVA.....	30
10.ZAKLJUČAK.....	31

<b>11.LITERATURA</b> .....	32
<b>SAŽETAK</b> .....	34
<b>SUMMARY</b> .....	35



## IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisani \_\_\_\_\_, kandidat za prvostupnika \_\_\_\_\_ ovime izjavljujem da je ovaj Završni rad rezultat isključivo mogega 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 kojega necitiranog rada, te da ikoji dio rada krši bilo čija autorska prava. Izjavljujem, također, da nijedan dio rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Student

---

U Puli, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ godine



**IZJAVA**  
**o korištenju autorskog djela**

Ja, \_\_\_\_\_ dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj završni rad pod nazivom

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 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, slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama.

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

U Puli, \_\_\_\_\_ (datum)

Potpis

\_\_\_\_\_

## 1.UVOD

JA poruke iznimno su važne za kvalitetnu komunikaciju. Djecu se treba poticati da od najranije dobi u svojoj komunikaciji upotrebljavaju JA poruke jer pomoću njih govore o sebi, svojim osjećajima i na taj način izražavaju svoju osobnu želju ili potrebu čime zastupaju svoju osobnu odgovornost.

Osobna odgovornost prema Arambašić (2021., str 28. ) je *„Svijest o tome da sam ja i samo ja odgovorna za to što odlučujem i činim, uključujući i to da moje odluke i postupci imaju određene posljedice“*. Svaki čovjek je odgovoran za zastupanje svojih osjećaja, potreba, želja i misli.

Korištenje JA poruka koje jačaju osobnu odgovornost se uče, iznimno je važno kroz razne aktivnosti koje se provode u vrtiću poticati korištenje takvog oblika komunikacije. Stoga se ovaj završni rad sastoji i od praktičnog dijela. U praktičnom dijelu rada, prikazane su radionice koje sam provela u predškolskoj ustanovu u Rijeci, dječjem vrtiću „Snjeguljica“. Radionice su se provele s ciljem poticanja djece da u svojoj komunikaciji primjenjuju JA poruke i zastupaju osobnu odgovornost.



## **2.SOCIJALNA KOMPETENCIJA**

Prema Markuš (2010) komunikacijske vještine obuhvaćaju posebna ponašanja pojedinca, poput tolerantnosti, nenasilnog rješavanja sukoba i drugo, dok socijalna kompetencija određuje način na koji se pojedinac koristi vještinama u socijalnoj sredini (Tatković i sur., 2016). Socijalna kompetencija ne odnosi se samo na socijalne vještine, već i na kognitivne i emocionalne vještine i ponašanja koja su potrebna djeci za uspješnu socijalnu prilagodbu.

Socijalna kompetencija je sposobnost stvaranja i usklađivanja fleksibilnih, prigodbenih reakcija na zahtjeve te stvaranje i iskorištavanje prilika u okruženju. Prema Katz i McClellan (1997) kompetentna osoba može iskoristiti svoje osobne poticaje i one iz svoga okruženja i postići dobre razvojne rezultate, odnosno one rezultate koji će omogućiti kompetentno sudjelovanje u zajednicama, grupama i društvu kojima osoba pripada.

Kompetentno dijete se upušta u zadovoljavajuće interakcije i aktivnosti sa svojim vršnjacima i odraslim osobama, kroz takve interakcije unaprjeđuje svoju osobnu kompetenciju. Takva, kompetentna djeca najčešće potječu iz obitelji u kojima su prisutni podjednako toplina i nadzor te je prisutna ravnoteža između rezerviranosti i bliskosti (Katz i McClellan, 1997).

Postoje dva aspekta socijalne kompetencije: prijateljstvo i vršnjački status ili popularnost. Vršnjački status i popularnost odnose na razinu u kojoj dijete prihvaćaju ili odbijaju njegovi vršnjaci (Vandell i Hemnree, 1994 prema Katz i McClellan, 1997). Prijateljstvo je društveni odnos između dvoje specifične djece.

### **2.1. SASTAVNICE SOCIJALNE KOMPETENCIJE**

Sastavnice socijalne kompetencije su prepoznavanje prilika za uključenje u interakciju s drugima. Sastavnice socijalne kompetencije prema Katz i McClellan (1997.) jesu:

1. Sposobnost regulacije emocija
2. Socijalna znanja i socijalno razumijevanje
3. Socijalna umijeća
4. Socijalne dispozicije

### **2.1.1. SPOSOBNOST REGULACIJE EMOCIJA**

Regulacija emocija se definira kao sposobnost djeteta da reagira na zahtjeve situacije s rasponom emocija na način koji je socijalno prihvatljiv i fleksibilan kako bi se ostavilo prostora za spontane reakcije, te sposobnost odgode tih reakcija prema potrebi (Cole, Michel i Teti 1994, prema Katz, 1997). Sposobnost djeteta da regulira svoje emocije važan je doprinos razvoju prijateljstva i vršnjačkog statusa.

Tijekom djetinjstva dijete mora naučiti kako se nositi s ugodnim ali i neugodnim emocijama poput frustracije, straha, tjeskobe, samoće. Sposobnost regulacije emocija razvija se iz interakcije s djetetovom okolinom gdje veliku ulogu imaju roditelji. Tijekom interakcije između roditelja i djeteta, dijete postupno uči prepoznavati svoje emocije. Uči kako prevladati stres, kontrolirati impulse i odgoditi zadovoljavanje želja.

Djeca mogu imati poteškoće u regulaciji emocija. U nedovoljnoj mjeri reguliraju emocije poput gnjeva, straha i frustracija otežavajući time učenje socijalnih znanja i umijeća. Sramežljiva djeca pretjerano reguliraju svoje emocije, opiru se interakciji zbog čega nemaju prilike za stjecanje i uvježbavanje temeljnih socijalnih kompetencija.

### **2.1.2. SOCIJALNA ZNANJA I SOCIJALNO RAZUMIJEVANJE**

Socijalna znanja podrazumijavaju poznavanje normi i osnovnih socijalnih pravila grupe kojima pojedinac pripada. Ona su bitna za stjecanje i razvijanje prijateljstva kod djece te za kompetentno sudjelovanje u aktivnostima.

Socijalno razumijevanje podrazumijeva sposobnost razumijevanja tuđih emocija i predviđanja tuđih reakcija na uobičajene situacije u sklopu vršnjačkih interakcija.

### **2.1.3. SOCIJALNA UMIJEĆA**

*„Veliki dio socijalne interakcije između predškolske djece sastoji se od pokušaja da se pristupi grupi djece koja se igre (što se naziva socijalno umijeće) i otpora pokušajima druge djece da se pridruži njihovim grupama “ (Katz i McClellan,1997, str.18). Najvažnija socijalna umijeća koja se mogu primjenjivati u socijalnim interakcijama su načini na koje djeca pristupaju jedni prema drugome. Smatra se kako su socijalna umijeća vrlo bitna za uspjeh i socijalno sudjelovanje. Ona pridonose boljem uspostavljanju odnosa s vršnjacima jer djeca međusobno razmjenjuju informacije tijekom razgovora, traže pomoć jedan od drugog, međusobno se slušaju i slično (Slunjski, 2013).*

### **2.1.4 SOCIJALNE DISPOZICIJE**

Dispozicije su ponašanja bez prisile nad kojima postoji donekle svjesna kontrola, one predstavljaju usmjereno i namjerno ponašanje kako bi se zadovoljio određeni cilj. Radoznalost, kreativnost, pristupačnost, šaljivost, plahost, škrtost, svadljivost, ljubaznost, velikodušnost, suosjećajnost i ljubaznost primjeri su dispozicija (Katz i McClellan, 1997).

Dispozicije kao što su šefovanje, sukobljavanje, svadljivosti i egoističnost nisu poželjne te su povezane s teškoćama u socijalizaciji (Katz i McClellan,1997).

Dijete se rodi s dispozicijama za učenjem, znatiželjom i privrženošću. Ostale dispozicije poput suradništva, empatije, odgovornosti dijete uči iz primjera koje mu pružaju roditelji, odgojitelji i ostale važne osobe u njegovom životu.

## **2.2. UČENJE SOCIJALNIH KOMPETENCIJA**

Socijalne kompetencije se uče od najranijeg djetinjstva, ponajprije u obitelji, zatim kroz druženje s djecom i odraslima iz djetetovog okruženja (Slunjski, 2013). Socijalne kompetencije djeca najviše uče tijekom svakodnevnog života u obitelji i

vrtiću, također ih mogu razvijati i na drugim mjestima na kojima se druže s drugima poput parka, igrališta i dvorišta.

Veliki utjecaj na razvoj socijalnih kompetencija imaju vršnjaci s kojima se igraju i druže. Kroz igru dijete bolje upoznaje sebe, propituje svoje ideje, razvija logičko razmišljanje, te svojim aktivnim djelovanjem potiče, uljepšava i oživljava svoju okolinu (Jurčević- Lozančić, 2016). Igra je najprirodniji kontekst u kojem svako dijete uči i razvija sposobnost usklađivanja vlastitih prioriteta i ciljeva s ciljevima i ponašanjima druge djece što doprinosi razvoju socijalnih kompetencija. Tijekom igre djeca daju različite prijedloge, nadovezuju se na tuđe zamisli, uče različite socijalne uloge, stječu socijalne vještine, to sve zahtjeva veliku količinu kognitivnog i socijalnog umijeća (Klarin, 2006).

Za razvoj socijalnih kompetencija djece nije dovoljno samo igranje i druženje s vršnjacima, veliku ulogu imaju i odrasli. Uloga odraslih treba biti usklađena sa situacijom i individualnim karakteristikama svakog djeteta. Odrasli trebaju poticati djecu da razvijaju svoje vještine u tjelesnim, kognitivnim, emocionalnim i socijalnim područjima. Upravo oni, trebaju omogućiti djeci provođenje vremena s drugom djecom različitih razvojnih razina i kompetencija.

### **2.2.1 ULOGA ODGOJITELJA U UČENJU SOCIJALNIH KOMPETENCIJA**

Socijalna kompetencija razvija se tijekom djetetovog odrastanja gdje veliku ulogu imaju i odgojitelji. Oni stoga trebaju posjedovati znanje i vještine kojima će se pobrinuti kako bi se svako dijete osjećalo dijelom odgojno obrazovne zajednice u kojoj vlada ugodno ozračje, te omogućiti aktivnosti i situacije za interakciju dijete - dijete, dijete-odgojitelj. Treba svojim osobnim primjerom poticati djecu na suradnju, empatiju, dobru komunikaciju, međusobno poštivanje (Jurčević- Lozančić, 2016). Odgojitelj treba prepoznati i zadovoljiti potrebe djece jasličke dobi, dok kod djece predškolskog uzrasta treba poticati učenje kroz igru i pružati potporu u interakcijama (Klarin, 2006).

Fizičko okruženje potiče razvoj socijalnih kompetencija, stoga je bitno da odgojitelj na efikasan način uredi okruženje. Ono treba biti u skladu sa sklonostima i aktualnim potrebama djece, treba omogućiti slobodno kretanje, neovisnost i

interakcije. U prostor treba postaviti raznovrsne materijale dostupne djeci kako bi ih se potaknulo na igru.

### 3. KOMUNIKACIJA

Riječ komunikacija dolazi od latinske riječi „comminuare“ što znači učiniti zajedničkim, priopćiti (Tatković i sur., 2016). Komunikacija je složena ljudska djelatnost koja je u osnovi ljudskog djelovanja i odnosa među ljudima.

Autori Lučanin i Despot Lučanin (2010) ističu kako je komunikacija uvijek pod utjecajem situacije u kojoj se odvija. Ljudi se ponašaju u skladu s određenim normama, pravilima koje su sami dogovorili. Ukoliko se osoba ne ponaša u skladu s normama, na primjer ; smije se u tužnoj situaciji, glasno priča u kazalištu, bit će izložena podsmjehu ili kritici, te može uznemiriti promatrače i sugovornike.

Komunikacija predstavlja razmjenu poruka između jedne ili više osoba kao osnovne potrebe ljudskoga življenja ( Jukić i Nadrljanski, 2015), što znači da u komunikacijskom odnosu postoji osoba koja šalje poruku odnosno informaciju i osoba koja tu poruku prima. Poruka se prenosi znakovima koji su osnovni elementi i bitni sadržaji svakog komuniciranja. Znakove koje koristimo u komuniciranju su verbalni i neverbalni. Verbalni znakovi podrazumijevaju pismo i govor, odnosno riječ dok neverbalni znakovi podrazumijevaju sliku, mimiku, geste i pokret (Bratanić, 1993).

Komunikacija je recipročan proces jer osoba koja šalje poruku ju ujedno i prima od osobe koja sluša, dok slušatelj prima poruku i istovremeno ju šalje i mijenja, ovisno o načinu na koji je razumio i interpretirao poruku. Interpretacija ovisi o spolu, intelektualnim kapacitetima, kulturi i drugim obilježjima primatelja (Tatković i sur., 2016).

Prema Raerdonu (1998) svaki čovjek komunicira iz različitih razloga:

- radi dobivanja informacije
- radi zabave
- kako bi ostavio dojam na druge
- kako bi pokazao srdačnost i prijateljstvo
- kako bi smanjio nelagodu od šutnje

- kako bi nešto naučio ili podučio
- kako bi održao ili uspostavio odnos.

Komuniciranjem svaki čovjek prenosi obavijest o sebi, svojim intelektualnim, emocionalnim, socijalnim osobinama, stavovima i uvjerenjima.

### **3.1. OBLICI KOMUNIKACIJE**

Postoje različiti oblici komunikacije koje dijelimo prema različitim kriterijima. Stoga možemo razlikovati komunikaciju između dvije osobe, komunikaciju u maloj grupi, organiziranu komunikaciju, javnu komunikaciju i komunikaciju masmedijem (Bratanić,1993).

Osnovna jedinica i najčešći oblik ljudske komunikacije je komunikacija između dvije osobe. Provodi se licem u lice koristeći verbalne i neverbalne podražaje.

Komunikacija u maloj grupi predstavlja poseban oblik komunikacije koji se provodi između tri i više osoba koje pripadaju grupi.

Javna komunikacija odnosi se na komuniciranje na javnim mjestima kroz rasprave i argumentiranje, na odgojno-obrazovno i političko komuniciranje. Ima predviđeni dnevni red, norme ponašanja i unaprijed je planirana.

Organizirana komunikacija provodi se među većim brojem ljudi.

Komunikacija masmedijima provodi se sredstvima javnog informiranja, na primjer: televizija, film, tisak, radio, internet, novine, reklama.

### **3.2. PREDUVJETI USPJEŠNE KOMUNIKACIJE**

Uspješna komunikacije je dvosmjerni proces koji zahtijeva vještinu i napor pošiljatelja i primatelja . Kako bi komunikacija bila uspješna potrebno je zadovoljiti određene preduvjete kao što su samopoštovanje, ljubaznost i toplina, otvorenost, izbjegavanje stereotipa i predrasuda (Tatković i sur.,2016).

Osoba koja ima visoko samopoštovanje lakše uspostavlja komunikaciju s drugima, slobodno izražava svoje osjećaje, ideje i misli od osobe s niskim samopoštovanjem. U postizanju uspješnije komunikacije sa sugovornikom pomaže otvorenost. Ona je povezana sa samopoštovanjem. Otvorena osoba govori o sebi, iznosi svoja mišljenja i reakcije. Ljubaznost i toplina pomažu u stvaranju kvalitetnog odnosa sa sugovornikom. Ljubazna i topla osoba svoga sugovornika potiče da i sam bude otvorenija, slobodnija, iskrenija, opuštenija i spontanija osoba. Važno je naglasiti kako ljubaznost i toplina u komunikaciji ne umanjuje profesionalnost (Tatković i sur., 2016).

Kako bi komunikacija uistinu bila uspješna ključno je izbjegavanje stereotipa i predrasuda. Stereotip je kruto, pristrano mišljenje, da je cijela skupina ljudi jednaka i da će se ponašati isto. Primjer stereotipa je svrstavanje ljudi prema spolu, vjeri i nacionalnosti. Predrasude su negativni stereotipi, one su izvor svih vrsta diskriminacija (spolne, rasne, kulturne i drugih). Primjer predrasuda je razmišljanje poput: „ Žene ne znaju voziti“, „ Mladić koji ima dugu kosu je lijenčina“ (Tatković i sur., 2016)

### **3.2. WATZLAWICKOVA TEORIJA KOMUNIKACIJE**

Paul Watzlawick u svojoj teoriji navodi pet načela, tj. pravila komuniciranja, kako bi objasnio značajke komunikacije (Mušanović i Lukaš, 2011):

#### *1. Nemoguće je ne komunicirati*

Ponašanje je komunikacija, svako ponašanje ima karakter poruke. I kad ne govorimo, kada odbijamo s nekim razgovarati, sugovorniku šaljemo poruke.

#### *2. Komunikacija ima sadržajnu i odnosnu dimenziju.*

Sadržajnom se dimenzijom razmjenjuju informacije. Sadržajni aspekt govori o osobinama ljudi, predmeta, događaja. Odnosni aspekt govori o stavu prema informacijama i sugovornicima u komunikaciji.

*3. Odnos je određen opažanjem i interpretacijom opažanja.*

Tijekom komunikacije svaka osoba opaža ono što želi opaziti i samostalno interpretira ponašanje sugovornika.

*4. Komunikacija sadrži verbalnu (digitalnu) i neverbalnu komponentnu.*

Verbalnom komunikacijom, odnosno riječima koje se izgovore prenose se ideje, misli, prikrivaju se i potkrepljuju poruke neverbalne komunikacije.

Neverbalnom komunikacijom koja uključuje geste, mimiku, dodir, naglasak, stil govora, udaljenost od sugovornika, i tako dalje, iskazuju se emocije i stavovi, prezentira se osobnost, te se prikrivaju poruke verbalne komunikacije.

*5. Komunikacija može biti simetrična i komplementarna.*

Simetrična komunikacija temelji se na odnosu u kojem je sličan položaj uloga, interesa i potreba. Komplementarna komunikacija temelji se na razlikama onih koji komuniciraju, poput odnosa između liječnika i pacijenta, nastavnika i učenika (Bratanić, 1993).

### **3.3. ODLIKE ODGOJITELJA U KOMUNIKACIJSKOM PROCESU**

Sposobnosti, osobine i kvalitete odgojitelja važne su za uspješan odgoj djece (Bratanić, 1993). Stručnost i uspješnost odgojno-obrazovnog procesa ovisi o uspješnosti i kvaliteti komunikacije između odgojitelja, odgojnih sadržaja i djece. Verbalna komunikacija je temelj odgojno-obrazovnih aktivnosti, neverbalna komunikacija ju dopunjuje u negativnom (pretjerano gestikuliranje, tikovi) i pozitivnom kontekstu (podrška, praćenje).

Komunikacija između djece i odgojitelja bit će uspješnija a samim time i kvalitetnija ukoliko je odgojitelj svjestan važnosti komunikacije i njezinog utjecaja na razvoj djece. Jer, kako je već spomenuto veliki dio djetetova razvoja odvija se uz obitelj i u odgojno-obrazovnoj ustanovi-vrtiću (Jurčević- Lozančić, 2016).



Glavnu ulogu u djetetovu razvoju ima komunikacija, odnosno razgovor između odgojitelja i djeteta. Tijekom razgovora s odgojiteljem dijete razvija svoju ličnost i identitet. Odgojitelj tijekom razgovora treba biti razumljiv djetetu, odnosno treba koristiti jednostavan, kratak i zanimljiv govor. Razgovor ne smije sadržavati neprijateljsko ucjenjivanje, prikriveno kontroliranje, osuđivanje, etiketiranje, i tako dalje, on treba biti iskren, otvoren, ohrabljujući i poticajan za dijete kako bi imao odgojni utjecaj. Na taj način odgojitelj može potaknuti dijete da govori o svojim osjećajima, potrebama, željama, isto tako da napreduje na svim razvojnim područjima (Jurčević – Lozančić, 2016).

#### **4.VERBALNA KOMUNIKACIJA**

Verbalna ili usmena komunikacija se može definirati kao stvarno izgovorene riječi (Tatković i sur, 2016). Odvija se pomoću jezika, pisanoga i govornoga (Brajša, 2010). Verbalna je komunikacija za razliku od neverbalne pod kontrolom svijesti. Verbalnom komunikacijom koja može biti pismena ili usmena, informiramo druge o našim subjektivnim stanjima, tj. emocijama, stavovima i vrijednostima. Informiramo druge i o objektivnim stanjima, tj. o zbivanjima i predmetima oko nas. Također verbalnom komunikacijom informiramo druge i o našim idejama.

Verbalna komunikacija podložna je djelovanju kulture kojoj pojedinac pripada. Raerdon (1998) ističe da svaka kultura ima vlastita pravila verbalnog komuniciranja i da je potrebna osjetljivost na pravila druge kulture kako bi se moglo uspješno komunicirati.

Prema Jakobsonu verbalnu komunikaciju čine sljedeći čimbenici: pošiljatelj, poruka, primatelj, kontekst, kod i kontakt. Prilikom komuniciranja pošiljatelj šalje poruku primatelju. Kako bi bila djelotvorna, poruka zahtijeva kontekst na koji se odnosi. Kontekst mora biti verbalan ili takav da se može verbalizirati kako bi bio shvatljiv primatelju. Poruka se prenosi pomoću koda, koji je zajednički pošiljatelju ili primatelju u cijelosti ili barem djelomično. Najbitniji čimbenik za ostvarivanje verbalne komunikacije je kontakt, tj. psihološka veza i fizički kanal između pošiljatelja i primatelja (Ćurković-Kalebić, 2003).

Prema Jukić i Nadrljanski (2015) kako bi komunikacija bila uspješna bitno je da se nikad ne ulazi u verbalne dvoboje sa sugovornicima, sugovornika se ne smije prekidati i treba ga pustiti da izgovori misao. Tijekom komunikacije ne smijemo donositi prebrze zaključke, obećavati ono što možemo ispuniti te ne smijemo okrivljavati sugovornika.

#### **4.1. IZVORI TEŠKOĆA/PREPREKA U KOMUNIKACIJSKOM PROCESU**

U komunikacijskom procesu postoje različiti izvori teškoća tzv. šumovi, a dijelimo ih na fizikalne i psihološke.

*Fizikalni šumovi* uključuju:

- međusobnu udaljenost sugovornika
- glasnoću govora
- vidljivost sugovornika (na primjer : sumrak ili mrak, dan)
- toplinu/hladnoću
- tjelesnu usmjerenost sugovornika (način stajanja ili sjedenja).

*Psihološki šumovi* uključuju:

- osobine sugovornika (na primjer : dob, spol, vrsta i razina obrazovanja, zanimanje, vjerska, geografska, nacionalna pripadnost),
- predrasude, stereotipi i negativni stavovi prema sugovorniku
- neprimjerena očekivanja od sugovornika
- neusredotočenost sugovornika na razgovor
- unaprijed stvoren doživljaj sugovornika
- nerazumljivost jezika kojim se govornik služi (na primjer : jako stručni izrazi, žargon, dijalekt)
- emocionalni/tjelesni pritisak (emocionalna zaokupljenost nekom situacijom, problemom, umor, nestrpljivost da komunikacija što brže završi i tako dalje )
- socijalnu anksioznost.

Autorica Arambašić (2021) ističe kako su fizikalni šumovi manji problem od psiholoških, jer ih je lako ukloniti ili ublažiti. Psihološke šumove vrlo je teško ukloniti jer ih ljudi nisu svjesni.

Kako bi se smanjili šumovi tijekom komunikacije mogu se koristiti pravila koji navodi Havelka (2003) :

- izbjegavati korištenje narječja u javnom govoru
- govoriti jasnije, polaganije i bez podizanja glasa
- koristiti se jednostavnim riječima i rečenicama
- držati se teme i govoriti logičkim slijedom
- provjeriti je li sugovornik razumio sadržaj izgovorenog
- izbjegavati strane nazive ako postoji mogućnost objašnjavanja na materinskom jeziku.

## **4.2. OBLICI VERBALNE KOMUNIKACIJE**

Osnovni oblici verbalne komunikacije su govorenje, slušanje, čitanje i pisanje.

Govorenje je jedan od oblika komunikacije koji se koriste svakodnevno. Govor je jednosmjernan proces u kojem dolazi do davanja ali ne i primanja tih informacija. Govor zauzima 35% komunikacije (Peter, 2004) .

Slušanje je također oblik komunikacije koji se koristi svakodnevno. Slušanjem osoba dobiva informaciju, stoga je bitno da osoba usmjeri svoju pozornost, interpretira i pokuša zapamtiti što je čula. Slušanje može biti aktivno i pasivno. Aktivno slušanje je slušanje sa svrhom : dobivanja uputa, prikupljanja informacija, razumijevanje drugih, rješavanje problema , pokazivanje interesa i podrške (Duxbury, 2000 prema Tatković i sur., 2016) . Aktivnim slušanjem osoba pokazuje da razumije ono što joj sugovornik govori, uživa se u sadržaj razgovora te prepoznaje potrebe svoga sugovornika (Tatković i sur., 2016). Pasivnim slušanjem ne ulaže se veliki napor kod slušanja onog što sugovornik govori, te time ostaju zanemarene namjere sugovornika. Slušanje zauzima 40% komunikacije.

Pisanje je oblik verbalne komunikacije koji se može pojaviti u obliku: časopisa, knjiga, pjesama, priča, životopisa, znanstvenog rada, članaka, razglednica, seminara, e-maila i molbi. Prilikom pisanja bitno je obratiti pozornost na pravopis, gramatiku, urednost, razumljivost i jednostavnost.

Čitanje je kao oblik verbalne komunikacije važno kod učenja. U današnjem svijetu ljudi provode malo vremena čitajući, te stoga ne koriste svoj kapacitet čitanja u cijelosti.

## 5. ASERTIVNOST

Riječ asertivnost dolazi od latinske riječi „ad asserere“ što znači dokazati, tvrditi. Asertivnost je način ophođenja i ponašanja koji uključuje jasno iskazivanje vlastitih potreba, ideja i osjećaja bez ugrožavanja prava drugih osoba (Tatković i sur., 2016).

Asertivna osoba bori se za svoja prava te pritom ne ugrožava prava drugih ljudi. Takva osoba neće uvijek dobiti ono što želi, ali će uvijek otvoreno izraziti svoja očekivanja i želje. Osoba koristeći asertivnost razvija samokontrolu, otvorena je za nova rješenja, zalaže se za rješavanje konflikta, ostvaruje svoje želje, ciljeve i potrebe. Izbjegava negativne posljedice neasertivnosti i agresivnosti, poput depresije, frustracije, mržnje i nasilja, iskazuje svoju slobodu izbora i prihvaća odgovornost za svoje ponašanje (Tatković i sur., 2016).

Karakteristike asertivne komunikacije su aktivno slušanje, korištenje JA poruka, jasno iznošenje osjećaja i mišljenja, poštivanje drugih, pohvale drugih, kontroliranje negativnih osjećaja, pozitivno izricanje kritika.

Asertivnost čini pet elemenata (Skupnjak, 2020) :

1. slušanje
2. pokazivanje da smo razumjeli rečeno
3. iskazivanje što mislimo i osjećamo
4. precizno obznanjivanje što želimo da se dogodi
5. razmatranje posljedica zajedničke solucije

## 5.1.KARAKTERISTIKE ASERTIVNE OSOBE

Asertivna/odgovorna osoba (Tatković i sur.,2016) :

- optimistična je i dobronamjerna
- jasno iskazuje svoje potrebe, želje, osjećaje i očekivanja
- kontrolira svoje ponašanje i prilagođava ga procjenjujući okolnosti
- ima visoki stupanj samopoštovanja
- aktivno sluša i gleda sugovornika u oči tijekom razgovora
- empatična je
- nastoji pomoći drugim ljudima,poštuje druge
- zna pohvaliti, uputiti kritiku ali nije kritizator
- odgovorna je za svoje riječi i djela
- koristi JA poruke.

## 6.JA PORUKE

Pojam JA poruka prvi je put prikazao i objasnio 1962.g Thomas Gordon, nazivajući ih i porukama odgovornosti (Arambašić,2021).

JA poruke služe za izražavanje vlastitih iskustva, zapažanja, osjećaja,doživljaja, sjećanja,misli,predodžbi, ideja, fantazija,stavova, htijenja, želja i nagađanja (Tatković i sur., 2016). To su poruke kojim pojedinac govori o sebi, o svome stanju. One su neizmjenjive u oblikovanju tzv. čiste komunikacije, jer njima svaki pojedinac govori što konkretnije o sebi, potičući time svog sugovornika da nastavi u tom smjeru. Ukoliko osoba započne svoj komunikacijski proces s JA porukama i s njima nastavlja razgovor, sugovornikova će komunikacija također biti u JA porukama. Međutim, mnogi ljudi izbjegavaju JA poruke, jer ne žele otkriti sebe, ni približit se sugovorniku, niti žele da se drugi otkriju njima.

Gordon (1996) govori o važnosti JA poruka :“ *Pošteno priopćavanje odraslima i djetetu učinka njegova ponašanja na vas znatno je manje ugrožavajuće nego nagovještaj da s njim nešto nije u redu zato što se tako ponaša*“ . Ponekad upotreba

ovakvih poruka može dovesti do toga da jednom od sugovornika bude neugodno, da se naljuti, ražalosti. Arambašić (2021.) tvrdi da je upotreba JA poruka dobit komunikacijskog procesa u kojem se problemi mogu ublažiti i ukloniti uz to da će odnos ostati sačuvan, te sugovornici neće biti trajno povrijeđeni.

## 6.1.PRETVARANJE TI PORUKA U JA PORUKE

Uporabom TI poruka u komunikaciji govorimo o sugovorniku, o tome kakav je on. One su izvrstan način za međusobno optuživanje i prigovaranje. Prema Brajši (2000) TI poruke nude gotova rješenja, koriste se pri napadanju, prebacivanju, vrijeđanju, osuđivanju, okrivljavanju. One otežavaju iskren i otvoren razgovor, za razliku od JA poruka. Za čistu komunikaciju (kad svatko govori o sebi, poštuje sam sebe i sugovornika) i za učinkovitu komunikaciju, onu koja omogućuje da se međusobno čujemo i razumijemo, da nađemo rješenje neophodno je pri komunikaciji upotrebljavati ja poruke. Stoga Arambašić (2021) navodi primjere pretvaranja TI poruka u JA poruke koji su prikazani u tablici 1.

Tablica 1. PRETVARANJE TI PORUKA U JA PORUKE

TI PORUKE	JA PORUKE
Opis: nezadovoljstvo izražavam prigovorom zbog nečijeg (ne)postupka	Opis: govorim o sebi, o tome kako je meni kad netko nešto (ne)učini ili kad je takav kakav je.
<i>„Ti si sebičan i egocentričan.“</i>	<i>„Žalosna sam što ne vidiš moje potrebe.“</i>
<i>„Ti si bezobrazan. Misliš da uvijek, baš o svemu, sve najbolje znaš.“</i>	<i>„Jako sam žalosna, ali i ljuta jer i ja nešto znam o tome.“</i>
<i>„Ti si jako osjetljiva, stalno plačeš.“</i>	<i>„Jako sam tužna kad vidim da ti je toliko teško da ne možeš prestati plakati.“</i>
<i>„Vi ste jedna potpuno neozbiljna i neodgovorna osoba.“</i>	<i>„Jako mi je teško što se ne mogu osloniti na vas. Kad vam dam neki zadatak brinem se da...“</i>

„Pogledajte kakav je tu nered. Vi ste tako neodgovorni i neuredni. Na nekog takvog ne može se osloniti ni u čemu.“	„Kad vidim ovakav nered, naljutim se jer to onda moram ja pospremati kako bih mogao raditi.“
„Koliko sam ti puta rekla da prvo moraš napisati zadaću pa tek onda smiješ gledati televiziju, ali ti uporno ne slušaš.“	„Ljuta sam što ti stalno govorim jedno te isto, a bez rezultata. Baš se osjećam bespomoćno i ne znam što da radim.“

IZVOR: ARAMBAŠIĆ, L. (2021.). Svemoć i nemoć komunikacijskog procesa- priča o zelenom kvadratu i žutom šesterokutu. *Naklada Slap*. str. 277-278.

## 6.2. CJELOVITE JA PORUKE

Ukoliko prilikom komunikacije želimo utjecati na to da sugovornik napravi promjenu u svom ponašanju, potrebno je koristiti cjelovite JA poruke. Njima omogućavamo uspješan razgovor i približavamo se sugovorniku. One zahtijevaju više truda, vremena i energije.

*Cjelovite JA poruke sastoje od aktivnog i pasivnog dijela. Pasivni dio sadrži opis konkretnog ponašanja koje pojedincu smeta te njegova osobna reakcija na to, tj. kako je njemu kad netko nešto radi. Aktivan dio sadrži izjavu o tome što bih ja htjela da moj sugovornik počne činiti drugačije, ovim dijelom osoba zastupa svoju osobnu odgovornost, odnosno svoju osobnu želju ili potrebu (Arambašić, 2021, str. 283). Primjeri cjelovitih JA poruka prikazani su u tablici 2.*

TABLICA 2. SASTAVNI DIJELOVI CJELOVITNIH JA PORUKA

PASIVNI DIO	AKTIVNI DIO
Nečije konkretno ponašanje/ izostanak ponašanja, što mi smeta, ljuti, ugrožava, živcira ,omete.  +	Osobna potreba/želja,tj.što ja hoću/želim, treba mi (zastupanje osobne odgovornosti)
Moja osobna reakcija na to (ne)ponašanje	

„Kada ti.... + tada ja/tad je meni tako...	- i zato te molim da...“ - i željela/želio bih da...“ - i volio/voljela bih kad bi ti...“ - i radije bih da ti...“
--	---

IZVOR: ARAMBAŠIĆ, L. (2021.). Svemoć i nemoć komunikacijskog procesa- priča o zelenom kvadratu i žutom šesterokutu. *Naklada Slap*. Str. 283.

Prilikom govorenja cjelovitih JA poruka bitno je da ona sadrži sva tri opisna elementa, osoba mora paziti na koji način ih izgovara vodeći računa o neverbalnoj (izgledu lica, gestama) i paraverbalnoj komunikaciji (jačini glasa, boji glasa, intonaciji, brzini govora, razgovjetnosti govora, stankama u govoru, naglašavanju riječi). Ukoliko se ne vodi računa o neverbalnoj i paraverbalnoj komunikaciji, JA poruke mogu zvučati kao da se vrijeđa druga osoba, odnosno kao prigovor i optužba.

### 6.3. KORIST UPOTREBE JA PORUKA

JA poruke će potaknuti svakog sudionika koji sudjeluje u komunikacijskom procesu na razmišljanje o tome što mogu učiniti kako bi se određeni problem, situacija promijenila, poboljšala. Upotrebom JA poruka u komunikaciji svaki sugovornik zastupa brigu o sebi ,odnosno svoju osobnu odgovornost.

*U komunikaciji u kojoj su zastupljene JA poruke nema borbe za moć, ljudi se međusobno vide i čuju, počinju shvaćati posljedice nekog svog postupka i dogovaraju se o tome što je koji sugovornik spreman promijeniti u svom ponašanju kako bi se bolje osjećali ( Arambašić,2021., str. 281.)*

Također, brojna istraživanja koja su proveli Erford, Eaves, Bryant i Young (2010), pokazala su da je upotreba JA poruka naručito korisna kad je riječ o uspostavi i održavanju iskrenih i otvorenih odnosa između djece i odraslih u obitelji, vrtiću, školi. Upotreba JA poruka pokazala se korisna i u rješavanju sukoba, u različitim situacijama gdje pojedinac ili skupina ometa radni proces i u nenasilnom pokazivanju ljutnje i bijesa (na primjer u učionici ili na radnom mjestu).



## 7.OSOBNA ODGOVORNOST

*Osobna odgovornost je odgovornost koju svaka osoba ima prema vlastitom životu, odnosno prema svom tjelesnom, psihičkom, mentalnom i duhovnom zdravlju i razvoju (Juul, 2017). Kad je osoba odgovorna prema sebi može spriječiti pojavu nepravilnosti i pridonijeti razvoju grupe kojoj pripada, odnosno ona je temelj kvalitetnih međuljudskih odnosa. Osobna odgovornost obuhvaća samosvijest, odnosno svijest o tome što osjećam/ ne osjećam, hoću/ neću, mislim/ ne mislim, volim/ ne volim, trebam/ ne trebam i slično te zastupanje sebe riječju i djelom odnosno akcijom, ponašanjem (Juul, 2017). Osobna odgovornost je bitna u kvaliteti međuljudskih odnosa i pouzdan je preduvjet odgovornih zajednica (Juul, Hensen, 2010).*

### 7.1. OSOBNA ODGOVORNOST DJECE

Djeca uče o osobnoj odgovornosti od svoga rođenja, na temelju toga postaju odgovorni za ono što ih zanima u slobodno vrijeme, za izbor odjeće, obuće, izgled, frizuru, prakticiranje vjere i slično.

Prema Juulu (2017) postoje tri područja života u kojima djeca moraju biti odgovorna:

1. *Osjetila: što ima dobar okus i miris a što ne, što je hladno, toplo*
2. *Osjećaji: ljubav, sreća, prijateljstvo, bijes, frustracija, tuga, bol, želja u odnosu na koga ili što*
3. *Potrebe: žeđ, glad, bliskost, san, distanca.*

Dijete treba preuzeti dakle odgovornost u emotivnom, tjelesnom, i intelektualnom području svoga života. Roditelji moraju pomoći djetetu u razvoju ova tri područja njegova života. Kako bi to postigli trebaju sebe i svoju djecu shvatiti ozbiljno. Odnosno trebaju vidjeti potrebe djeteta s njegova stajališta, usredotočiti se na dijete kako bi upoznali njegovu svijest, omogućiti mu da izražava svoje potrebe, želje, iskustva i osjećaje, te s razumijevanjem reagirati na djetetovo djelovanje (Juul,2017).

## **7.2. RAZVOJ OSOBNE ODGOVORNOSTI DJECE**

Djeca od rođenja do šeste godine mogu preuzeti odgovornosti vezano uz frizuru, glad, okus, blizinu i kontakt s odraslima, odabir prijatelja te stil odijevanja. Prema Juulu (2017) djeca su od rođenja sposobna pokazati osobnu odgovornost koristeći se gestama i zvukovima. Područja za koja djeca mogu preuzeti odgovornost razlikuje se individualno od djeteta do djeteta, o djetetovoj dobi i sposobnosti za preuzimanje odgovornosti za određeno područje.

Neki od primjera iskazivanja osobne odgovornosti možemo vidjeti već kod beba i male djece (Juul, 2017) . Beba koja nije gladna okreće glavu od majčine dojke ili bljuckaju hranu, kad je bebi prehladno ili pretoplo, ili ako je mokra pokazuje to roditeljima nemirom te plačem. Malo dijete prirodno prilazi ljudima koji ga privlače dok odbija ljude koji mu se ne sviđaju. Bira odjeću na temelju svog raspoloženja a ne prema vremenskim prilikama.

U razvoju osobne odgovornosti djece veliku ulogu imaju roditelji (Juul, 2017). Oni moraju naučiti vidjeti i čuti kad njihovo dijete izrazi osobnu odgovornosti, tada je moraju priznati i uzeti u onoj mjeri u kojoj su spremni odustati od vlastite moći. Također sposobnost djeteta da donosi osobne odluke povezana je s tim koliko je cjelovit njegov integritet i u kojoj je mjeri moglo zdravo razvijati osjećaj vlastite vrijednosti. Roditelji se trebaju pobrinuti za djetetov unutarnju integritet, pomoći mu da upozna sebe, tada dijete ima uvijete za razvoj osjećaja vlastite vrijednosti. Integritet ima bitnu ulogu u tome koliko dijete poznaje svoje potrebe i granice te koliko mu je dopušteno da ih izrazi.

Osjećaj vlastite vrijednosti odnosno mjera u kojoj je razvijen djetetov odnos prema samome sebi odlučuje o njegovoj sposobnosti da razmišlja i primjeti o tome što želi i što ne želi.

## **7.3. ULOGA ODRASLIH U RAZVOJU OSOBNE ODGOVORNOSTI**

Kako i na koji način djeca stječu osobnu odgovornost ovisi uveliko o kvaliteti vodstva roditelja i odgojitelja, te o stupnju društvene i osobne odgovornosti koji oni imaju u interakciji s djecom. Prema Juulu (2017) djeca razvijaju osobnu odgovornost ako su odrasli spremni i sposobni preuzeti vodstvo. Dok djeca koja odrastaju u

obiteljima u kojima roditelji to ne mogu, te su u vrtićkoj skupini u kojoj odgojitelj to ne može gube povjerenje u vodstvo odraslih.

Uloga odraslih u razvoju osobne odgovornosti kod djece se mijenja ovisno o dječjoj dobi. Kod male djece odrasli preuzimaju vodstvo koje se mijenja kako djeca odrastaju. Odnosno roditelji i odgojitelji postaju manje dominantniji u ulozi vođe kako dijete raste te sve više važnija postaje njihova savjetodavna i skrbnička uloga. Vodstvo odraslih koji zadovoljava dijete sastoji se od autentičnosti, zanimanja, sukoba, uključivanja, odlučivanja i priznanja.

Autentičnost je sposobnost i spremnost odraslih da pokažu svoje ciljeve, misli, opažanja, vrijednosti, i granice odnosno da pričaju o sebi.

Zanimanje označava zainteresiranost odraslih za samo dijete. Zanimanje se pokazuje razgovorom s djetetom, slušanjem djeteta dok priča, te stvarnom znatiželjom da ga se upozna.

Sukobi su potrebni za kvalitetu budućeg odnosa. Sukob između odraslih i djece najviše je izazvan s riječju „ne“ od strane odrasle osobe. Tada se dijete počinje zauzimati i boriti za svoju želju, potrebu.

Uključivanje podrazumijeva da roditelji i odgojitelji čuju i razumiju djetetove potrebe, raspoloženje, želje, snove ili ciljeve. Tada je njihova odgovornost da to uključi u zajedničku budućnost. Tako dijete sebe doživljava kao nekog koga odrasli shvaćaju ozbiljno.

Odlučivanje - odrasli donose većinu odluka na temelju svog iskustva, situacije i profesionalne odgovornosti. Često donose odluke koje ostalim članovima ne odgovaraju te zbog toga dolazi do različitih sukoba.

Priznanje - kada odrasla osoba nauči nešto o djetetu takvom kakvom ono jest u tom trenutku, to mora potvrditi djetetovim riječima ili ukoliko djetetu nedostaju riječi empatičnom upotrebom jezika.

## 7.4. TEŠKOĆE U ZASTUPANJU OSOBNE ODGOVORNOSTI

Arambašić (2021) navodi teškoće u zastupanju osobne odgovornosti:

1. *Nevješto zauzimanje za sebe, odnosno brzo odustajanje od osobne odgovornosti.*
2. *Nepreuzimanje osobne odgovornosti: njezino prepuštanje drugoj osobi ili ostavljanje kome god da je (ne) uzme*
3. *Preuzimanje tuđe osobne odgovornosti*
4. *Komunikacijska zbrka o tome tko je i za što odgovoran.*

## 8. PRAKTIČNI DIO

JA poruke služe za izražavanje vlastitih iskustva, zapažanja, osjećaja, doživljaja, sjećanja, misli, predodžbi, ideja, fantazija, stavova, htijenja, želja i nagađanja. Iznimno je važno poticati djecu u vrtićkoj dobi da u svojoj komunikaciji primjenjuju JA poruke. Primjenjujući JA poruke zastupaju i svoju osobnu odgovornost. Osobna odgovornost je odgovornost koju svaka osoba ima prema vlastitom životu, odnosno prema svom tjelesnom, psihičkom, mentalnom i duhovnom zdravlju i razvoju .

Kao što je već spomenuto, djecu je potrebno od najranije dobi poticati da u svojoj komunikaciji koriste JA poruke i da zastupaju svoju osobnu odgovornost. Zbog toga su u vrtiću provedene radionice na temu JA poruka i osobne odgovornost.

### 8.1. CILJ I SVRHA PRAKTIČNOG DIJELA

Cilj i svrha praktičnog dijela je potaknuti djecu da u komunikaciji koriste JA poruke i da zastupaju osobnu odgovornost. Pretpostavljam da ću trebati poticati sramežljivu djecu da govore pred drugima , odnosno da koriste JA poruke i zastupaju osobnu odgovornost ( jedna djevojčica i jedan dječak) . Također pretpostavljam kako će djeca nakon radionice u svojoj komunikaciji početi koristiti JA poruke te kako će moći u većoj mjeri zastupati svoju osobnu odgovornost.

## **8.2. ISPITANICI**

Ispitanici su djeca vrtićke dobi. Skupina broji dvadesetero djece, od toga jedanaestero djece, u dobi od četvrte do sedme godine koji su sudjelovali u radionicama. U radionicama je sudjelovalo 8 dječaka i 3 djevojčica.

## **8.3. METODA I POSTUPCI**

Praktični dio proveden je u dječjem vrtiću „Snjeguljica“ u Rijeci u razdoblju od 18. do 21. srpnja 2022. godine. Dopuštenje za provođenje radionica dala je ravnateljica vrtića „Snjeguljica“. Radionice su tematski vezane uz zastupanje osobne odgovornosti i uporabe ja poruka u komunikaciji. Prva i druga radionica koje su se provele bile su vezane uz zastupanje osobne odgovornosti, one su trajale 15-20 minuta. Metode koje su se koristile u ovim radionicama jesu : čitanje slikovnice, razgovor, likovna aktivnost. Treća i četvrta radionica bile su povezane uz korištenja JA poruka u komunikaciji one su trajale 15- 20 minuta. Metode koje su se koristile u ovim radionicama jesu ; tjelesne aktivnosti, glazbena aktivnost i razgovor. Tijekom aktivnosti poticala sam djecu da glasno kažu svoj odgovor kako bi ih svi čuli, da se međusobno slušaju i čekaju svoj red. Dječje odgovorila zapisivala sam na papir tijekom aktivnosti.

## **8.4. PRIKAZ RADIONICA I DJEČJIH ODGOVORA**

### **1. Dan 18.7.2022.**

Prvi dan radionice djeci sam pročitala slikovnicu o prijateljstvu. Zatim smo sjeli u krug i svako dijete je trebalo reći s kim se voli družiti i što voli kad rade skupa. Poslije razgovora djeci je ponuđeno da nacrtaju svog najboljeg prijatelja/prijateljicu. Kroz ovu radionicu djeca su iskazala svoju osobnu odgovornost u odabiru prijatelja i aktivnosti koju najviše vole provoditi s njim/njima. U tablici 3 prikazani su dječji odgovori u kojima se vidi njihova spremnost u preuzimanju osobne odgovornosti. Djeca su bila zainteresirana za ovu aktivnost te su brzo prihvatila ovakav oblik komuniciranja. Međusobno su se slušala, jedino sam poticala dječaka F. na suradnju i slušanje ostale djece. Dječak P. kada je na njega došao red nije htio odgovoriti već je samo šutio, dok je djevojčica L. svoj odgovor rekla vrlo tiho te ju ostala djeca nisu čula. Stoga sam ih poticala da kažu svoje odgovore pred prijateljima.

TABLICA 3. PRIKAZ OSOBNE ODGOVORNOSTI U DJEČJIM ODGOVORIMA <sup>1</sup>

DJEČAK A.	„Volim se družiti s Manuelom, Lovrom i Pavlom . Volim kad igramo igrice“
DJEČAK M.	„Volim se družiti s Markom. Volim igrati PlayStation s njim“
DJEČAK P.	„Volim se družiti s Nikom . Volim se najviše igrati s lego kockicama, slagati nešto.“
DJEČAK T.	: „Volim se družiti s Ivorom , Karlom i Vidom . S Ivorom se najviše volim igrati, volim igrati nogomet i skrivača.“
DJEČAK R.	„Volim se družiti s Matkom , Manuelom , Erikom , Dominikom i Stjepanom. Volim kada gradimo dvorce od lego kockica“
DJEVOJČICA M.	“ Volim se družiti s Lucijom. Igramo se sa šljokicama kada Lucija dođe kod mene doma.“
DJEČAK D.	„Volim se družiti s Manuelom. Najviše volim kad igramo nogomet“
DJEČAK F.	„Volim se družiti s Pavlom . Volim kada ja i Pavle igramo nogomet.“
DJEČAK L.	„Volim se družiti s Matijom, Markom i Tomislavom. Volim se igrati lovice, skrivača s njima “

<sup>1</sup> Imena djece su izmjenjena radi zaštite anonimnosti sukladno Etičkom kodeksu za psihološku djelatnost (NN 05/13) i Uredbi o zaštiti podataka (GDPR 2016/679)

## **2. dan-19.07.2022.**

Drugi dan radionice s djecom sam provela aktivnost vezanu uz osobnu odgovornost. Djeca su imala likovnu aktivnost „Morski jež“, od glinamola i čačkalica trebala su napraviti morskog ježa. Tijekom aktivnosti svakom djetetu sam postavila pitanje : Kako želiš da se zove tvoj morski jež?, Kako misliš da provodi dane u moru ? . U tablici 4. prikazani su dječji odgovori u kojima se vidi njihova spremnost u preuzimanju osobne odgovornosti. Sva djeca su bila zainteresirana za ovu aktivnost, svi su vrlo brzo prihvatili ovaj način komuniciranja . Dječak i djevojčica koje sam dan ranije poticala na davanje odgovora, odgovorili su glasno te su ih sva djeca čula. Dječak M. vrlo nestrpljivo iščekuje svoj red za odgovor, govori svoj odgovor prije nego što je došao red na njega.

**TABLICA 4. PRIKAZ OSOBNE ODGOVORNOSTI U DJEČJIM ODGOVORIMA**

DJEVOJČICA M.	„Želim da se zove Skaj. mislim da provodi dane u moru igrajući se sa svojom prijateljicom hobotnicom i zvijezdom.“
DJEČAK M.	„Želim da se zove Bocko, mislim da Bocko provodi dane u moru odmarajući se i igra vaterpola s prijateljima.“
DJEČAK L.	„ Želim da se zove Bucko, mislim da provodi dane pikajući druge ljude.“
DJEVOJČICA L.	„Želim da se zove Ježić, mislim da u moru pliva i po danu i po noći.“
DJEVOJČICA P.	„Želim da se zove Joško, mislim da se tijekom dana u moru igra se s prijateljicom zvijezdom i da trenira bockanje.“

DJEČAK D.	„Želim da se zove Konjko, mislim da provodi dane u moru plivajući i plešući ili da spava.“
DJEČAK P.	„Želim da se zove Roki, mislim da provodi dane u moru igrajući se s prijateljima, igra nogomet i vozi biciklu.“
DJEČAK R.	„Želim da se zove Maleni, mislim da provodi dane hodajući u moru i da bude ljude.“
DJEČAK F.	„Želim da se zove David, mislim da provodi dane plivajući s kolutom, voli raditi kolače i plastelin.“
DJEČAK E.	„Želim da se zove Mrvica, mislim da ovaj moj jež samo stoji i čeka da neko stane na njega.“
DJEČAK R.	„Želim da se zove Emi, mislim da cijelo jutro i popodne pliva u moru i šuta kamenja.“

### **3.Dan - 20.7.2022.**

Treći dan s djecom sam provodila aktivnost vezano uz JA poruke. Djeca su stajala u krugu i dodavala se s loptom. Ono dijete kod kojeg je bila lopta trebalo je reći kako se zove, što voli i ne voli koristeći JA poruke ( Ja sam ... /ja volim.../ ne volim). Zatim su trebali reći što žele biti kad odrastu ( Ja želim biti...). Uočavam kako su djeca brzo prihvatila ovaj način komuniciranja, osim dječaka F. Koji nije htio uopće sudjelovati u ovoj aktivnosti, kada je bio njegov red počeo je plakati te se maknuo iz kruga. Ja i ostala djeca smo ga poticali da sudjeluje u ovoj radionici ali nije htio,



sjedio je sa strane i slušao ostalu djecu. U tablici 5 i 6 prikazani su dječji odgovori u kojima se vidi njihova spremnost u korištenju JA poruka u komunikaciji.

TABLICA 5. PRIKAZ JA PORUKA U DJEČJIM ODGOVORIMA

DJEČAK T.	: „Ja sam T. Ja volim roniti, ne volim kad pada kiša“.
DJEČAK L.	„Ja sam L. Ja volim blitvu, ne volim kad me netko lupa“.
DJEČAK E.	„Ja sam E . Ja se volim kupati u bazenu, ne volim kad se nagutam vode“.
DJEČAK P.	„Ja sam P. Ja se volim spuštati niz tobogan, ne volim ribu“.
DJEČAK R.	„Ja sam R. Ja se volim igrati sa svojim psom Rexom, ne volim jesti špinat“.
DJEČAK M.	„Ja sam M. Ja volim kad s Emanuelom vani igram nogomet, ne volim se tući“.
DJEVOJČICA M.	„Ja sam M. Ja volim rozu boju, ne volim kad padnem s ljujačke“.
DJEVOJČICA R.	“ Ja sam R. Ja volim ići van, ne volim da budem kući“.
DJEČAK M.	„Ja sam M. Ja volim trampolin, ne volim se igrati vani “
DJEČAK D.	„ Ja sam D. Ja volim da zaronim, ne volim kad me gurnu“

TABLICA 6. PRIKAZ JA PORUKA U DJEČJIM ODGOVORIMA

DJEČAK T.	„Ja želim biti policajac i nogometaš“.
DJEČAK L.	„Ja želim biti golman“.
DJEČAK E.	„Ja želim biti vatrogasac“.
DJEČAK P.	„Ja želim biti registrator, registar sreće“.
DJEČAK R.	„Ja želim biti nogometaš kao Ronaldo“.
DJEČAK M.	„Ja želim biti vozač kamiona“.
DJEVOJČICA M.	„Ja želim biti doktorica“.
DJEVOJČICA R.	“ Ja želim biti frizerka “.
DJEČAK M.	„Ja želim biti ronjoc, šumar“
DJEČAK D.	„ Ja želim biti građevinar koji graditi kuće“

#### **4.Dan - 21.7.2022.**

Četvrti dan radionice provelo se u obliku tjelesne aktivnosti. Djeca su igrala školicu, na kraju školice nalazila se fotografija tužnog izraza lica. Djeca su trebala uzeti fotografiju i reći kada su tužni primjenjujući JA poruke ( Ja sam tužan/ tužna kada...). Zatim sam s djecom provela glazbenu aktivnost, pjevali smo pjesmu „Kad si sretan“ nakon čega su djeca trebala reći u kojim situacijama su oni sretni primjenjujući JA poruke (Ja sam sretan/sretna, kada...). Djeca su brže odgovorila u kojim situacijama su sretna, uočila sam da su morali više razmišljati koje situacije ih čine tužnima. U tablicama 7 i 8 prikazani su dječji odgovori u kojima se vidi njihova spremnost u korištenju JA poruka u komunikaciji.

TABLICA 7. PRIKAZ JA PORUKA U DJEČJIM ODGOVORIMA

DJEČAK M.	„ Ja nikad nisam tužan. “
DJEČAK L.	„ Ja sam tužan kada me netko lupi. “
DJEČAK T.	„ Ja sam tužan kada mi se rugaju. “
DJEČAK D.	„ Ja sam tužan kada mama više na mene. “
DJEČAK P.	„ Ja sam tužan kada padnem. “
DJEČAK F.	„ Ja sam tužan kada pada kiša i grmi. “
DJEVOJČICA P.	„Ja sam tužna kada se nona i ja posvađamo. “
DJEČAK M.	„Ja sam tužan kada mi tata kaže da ne mogu igrati igricu“
DJEVOJČICA M.	„ Ja sam tužna kada imam palentu za ručak“
DJEVOJČICA R.	„ Ja sam tužna kada sam doma a ne vani“
DJEVOJČICA M.	„ Ja sam tužna kada u vrtić ne dođe L. “

TABLICA 8.PRIKAZ JA PORUKA U DJEČJIM ODGOVORIMA

DJEČAK M.	„ Ja sam sretan dok se igram. “
DJEČAK L.	„ Ja sam sretan kada se igram s bratom. “
DJEČAK T.	„ Ja sam sretan kada ronim s naočalama “
DJEČAK D.	„ Ja sam sretan kada se igram s M. “
DJEČAK P.	„ Ja sam sretan kada idem kod bake. “
DJEČAK F.	„ Ja sam sretan kada igram nogomet. “
DJEVOJČICA P.	„Ja sam sretna kada se igram s najboljim prijateljicama N. i L. “
DJEČAK M.	„Ja sam sretan kada idem na more “. “

DJEVOJČICA M.	„ Ja sam sretna kada idem na more s bratom.“
DJEVOJČICA R.	„ Ja sam sretna kada jedem čokoladu “
DJEVOJČICA M.	„ Ja sam sretna kada mi mama napravi pletenice. “

## 9.RASPRAVA

Cilj ovog praktičnog dijela bio je poticati upotrebu Ja poruka i zastupanje osobne odgovornosti u vršnjačkim interakcijama. Ovim istraživanjem dokazale su se pretpostavke da se sramežljivu djecu treba poticati da govore pred ostalom djecom, odnosno da u svojoj komunikaciji upotrebljavaju JA poruke i zastupaju osobnu odgovornost.

Primijetila sam kako dječaka M. koji ima 5 godina treba poticati da sačeka svoj red da odgovori, a ne da upada u riječ drugoj djeci dok govore. Prilikom provođenja radionica uočavam kako djeca svakim danom sve lakše govore pred ostalom djecom ,posebice sramežljiva djeca. Smatram kako se i dalje treba pojačano poticati sramežljivu djecu, odnosno jednu djevojčicu (5 godina ) i jednog dječaka (4 godine) da govore pred ostalom djecom. Uočila sam kako u situaciji koja se odvila nakon radionica, jedan dječak u svojoj komunikaciji upotrebljuje JA poruku. Dva dječaka su se igrala s autićima, svatko sa svojim , u jednom trenutku jedan dječak je uzeo autić od drugoga, zbog čega se drugi dječak rastužio. Tada je svom prijatelju rekao „Ja sam sad jako tužan, molim te vrati mi moj autić“. Smatram kako se s djecom u vrtiću treba govoriti o njihovim osjećajima, željama, stavovima, mišljenjima, kroz različite aktivnosti. Odnosno kako se u komunikaciji trebaju primjenjivati JA poruke pomoću kojih će zastupati svoju osobnu odgovornost.

## 10.ZAKLJUČAK

Komunikacija je složena ljudska djelatnost koja je u osnovi ljudskog djelovanja i odnosa među ljudima. Za uspješniju komunikaciju upotrebljavaju se ja poruke. Upotrebljavajući JA poruke u svome komunikacijskom procesu pojedinac izražava vlastita iskustva, zapažanja, osjećaje ,doživljaje, sjećanja, misli, predodžbe , ideje, fantazije, stavove, htijenja, želje i nagađanja. Cilj JA poruka je da se sugovornici međusobno vide i čuju, da shvate posljedice nekog ponašanja ili postupka kako bi pritom prihvatile dogovaranja o tome što je koji sugovornik spreman promijeniti u svom postupku kako bi se oboje bolje osjećali. Djecu u predškolskoj dobi treba poticati da u svojoj komunikaciji upotrebljavaju JA poruke, na taj način dijete uči govoriti o sebi, o svome stanju. Također u predškolskoj, vrtićkoj dobi odrasli trebaju učiti djecu osobnoj odgovornosti. Osobna odgovornost obuhvaća samosvijest, odnosno svijest o tome što osjećam/ ne osjećam, hoću/ neću, mislim/ ne mislim, volim/ ne volim, trebam/ ne trebam i slično te zastupanje sebe riječju i djelom odnosno akcijom, ponašanjem. Djeca uče o osobnoj odgovornosti od svoga rođenja, na temelju toga postaju odgovorni za ono što ih zanima u slobodno vrijeme, za izbor odjeće, obuču, izgled, frizuru, prakticiranje vjere i slično. Kako bi se potaknulo djecu da u svojoj komunikaciji upotrebljavaju JA poruke i da zastupaju svoju osobnu odgovornost, odgojiteljice trebaju provoditi s djecom razne aktivnosti u kojima će djeca govoriti o sebi, svojim osjećajima, željama, mišljenju, stavovima.

## 11.LITERATURA

1. ARAMBAŠIĆ L. (2021). *Svemoć i nemoć komunikacijskog procesa – priča o zelenom kvadratu i žutom šesterokutu*. Jastrebarsko. Naklada Slap.
2. BRAJŠA P. (2010). *Umijeće razgovora*. Pula: C.A.S.H.
3. BRATANIĆ M. (1993). *Mikropedagogija: interakcijsko-komunikacijski aspekt odgoja: priručnik za studente i nastavnike*. Zagreb: Školska knjiga.
4. ĆURKOVIĆ-KALEBIĆ S. (2003). *Jezik i društvena situacija: istraživanje govora u nastavi stranog jezika*. Zagreb . Školska knjiga.
5. GORDON, T. (1996). *Škola roditeljske djelatnosti : provjeren način odgoja odgovorne djece ili kako s djetetom biti prijatelj*. Zagreb : Jakić.
6. HAVELKA, M. (2003). *Zdravstvena psihologija*. Zagreb : Školska knjiga.
7. JUKIĆ, S., NADRLJANSKI, M. (2015). *Komunikologija*. Split: Redak.
8. JUUL, J., (2017). *Vaše kompetentno dijete* . Zagreb: Oceanmore.
9. JUUL, J i JENSEN, H., (2010). *Od poslušnosti do odgovornosti: kompetencija u pedagoškim odnosima*. Zagreb: Naklada Pelago.
10. JURČEVIĆ- LOZANČIĆ, A. (2016). *Socijalne kompetencije u ranom djetinjstvu*. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
11. KATZ, L.G I MCCLELLAN , D.E. (1997). *Poticanje razvoja dječje socijalne kompetencije*. Zagreb : Educa.
12. KLARIN, M. (2006). *Razvoj djece u socijalnom kontekstu – roditelji, vršnjaci, učitelji kontekst razvoja djeteta*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
13. *Kodeks etike psihološke djelatnosti* . NN (13/2005). [Online]. 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 12.9.2022.]

14. LUČANIN, D. I DESPOT LUČANIN. (2010). *Komunikacijske vještine u zdravstvu*. Zagreb : Zdravstveno veleučilište. Naklada Slap.
15. MARKUŠ, M. (2010). Socijalna kompetentnost- jedna od ključnih kompetencija. *Napredak*, 151(3-4), 432-444.
16. MUŠANOVIĆ, M. I LUKAŠ, M. (2011). *Osnove pedagogije*. Rijeka: Hrvatsko futurološko društvo.
17. PETER, S. (2004). *Osnove uspješne komunikacije*. Zagreb: Euro hoper
18. REARDON, K.K. (1998). *Interpersonalna komunikacija: gdje se misli susreću*. Zagreb: Alinea
19. SKUPNJAK, D. (2020). *RJEŠAVANJE KONFIKATA I VJEŠTINE ASERTIVNOSTI*. Varaždinski učitelj- digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje. [Online]. str.14. Dostupno na <https://hrcak.srce.hr/file/343892> [pristupljeno 12.08.2022.]
20. SLUNJSKI, E. (2013). *Kako djetetu pomoći da stječe prijatelje i razvija socijalne vještine*. Zagreb: Element.
21. TATKOVIĆ, N., DIKOVIĆ, M., TATKOVIĆ, S. (2016). *Pedagoško-psihološki aspekti komunikacije*. Pula: Sveučilište Jurja Dobrile u Puli.
22. *Zakon o provedbi Opće uredbe o zaštiti podataka. GDPR 2016/679* . [Online]. Dostupno na <https://gdprinfo.eu/hr> [pristupljeno 12.09.2022.]



## SAŽETAK

U teorijskom dijelu rada nalaze se informacije o socijalnim kompetencijama, komunikaciji, asertivnosti, JA porukama i osobnoj odgovornosti. Komunikacija predstavlja razmjenu poruka između jedne ili više osoba kao osnovne potrebe ljudskoga življenja. Kako bi komunikacija bila uspješna, uporabljaju se JA poruke.

JA poruke služe za izražavanje vlastitih iskustva, zapažanja, osjećaja, doživljaja, sjećanja, misli, predodžbi, ideja, fantazija, stavova, htijenja, želja i nagađanja. Pomoću njih dijete govori o sebi, o svome stanju.

Od svoga rođenja djeca uče o osobnoj odgovornosti. Osobna odgovornost je odgovornost koju svaka osoba ima prema vlastitom životu, odnosno prema svom tjelesnom, psihičkom, mentalnom i duhovnom zdravlju i razvoju.

U praktičnom dijelu završnog rada, prikazane su radionice koje su provedene s djecom na temu JA poruka i osobne odgovornosti. Radionice su provedene u dječjem vrtiću „Snjeguljica“ u Rijeci s djecom u dobi od 4. do 7. godine. U dječjim odgovorima koji su dobiveni tijekom provođenja radionica, vidi se njihova spremnost u preuzimanju osobne odgovornosti i uporabi JA poruka u komunikaciji. Djeca su na kraju radionica otvorenije govorila o sebi, svojim osjećajima, mislima, željama. Kako bi se djecu i dalje poticalo da uporabljaju JA poruke i zastupaju osobnu odgovornost potrebno je s njima provoditi više radionica na ovu temu.

### KLJUČNE RIJEČI:

Komunikacija, JA poruke, osobna odgovornost

## SUMMARY

Theoretical content in the paper includes details on social skills, communication, assertiveness, I messages, and personal responsibility. A fundamental need of human life is communication, which is the exchange of messages between one or more people. „I“ messages are utilized to ensure effective communication.

„I“ messages are used to share one's personal thoughts, feelings, recollections, observations, notions, ideas, fantasies, attitudes, desires, wishes, and educated guesses. The child discusses himself and his predicament using them.

Children are taught about personal responsibility from infancy. Personal responsibility is the duty each individual has to take care of their own life, including their own bodily, psychological, mental, and spiritual growth. The workshop that were held with kids on the subjects of the „I“ message and personal responsibility are displayed in the practical section of the final paper. The "Snjeguljica" kindergarten in Rijeka hosted the workshops for kids between the ages of 4 and 7 years. The responses the kids provided during the seminars demonstrate their readiness to accept personal responsibility and communicate using „I“ messages. The kids were more forthcoming about themselves, their thoughts, feelings, and aspirations after the workshop. More workshops on this subject need to be held with kids in order to keep encouraging them to use „I“ messages and promote personal responsibility.

**KEYWORDS:** Communication, "I" Messages and Personal Responsibility