

# UTJECAJ OBITELJSKIH ODNOSA NA EMOCIONALNI RAZVOJ PREDŠKOLSKE DJECE

---

**Horvat, Veronika**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2023**

*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:137:998204>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-08-18**



*Repository / Repozitorij:*

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



Sveučilište Jurja Dobrile u Puli  
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

**VERONIKA HORVAT**

**UTJECAJ OBITELJSKIH ODNOSA NA EMOCIONALNI RAZVOJ PREDŠKOLSKE  
DJECE**

Završni rad

Pula, rujan, 2023.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli  
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

**VERONIKA HORVAT**

**UTJECAJ OBITELJSKIH ODNOSA NA EMOCIONALNI RAZVOJ PREDŠKOLSKE  
DJECE**

Završni rad

**JMBAG: 0303096651, redovita studentica**

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

**Predmet: Psihologija rane i predškolske dobi**

**Znanstveno područje: Društvene znanosti**

**Znanstveno polje: Psihologija**

**Znanstvena grana: Razvojna psihologija**

**Mentorica: Izv. prof. dr. sc Martina Mavrinac**

Pula, rujan, 2023.



## IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisana \_\_\_\_\_, kandidatkinja za prvostupnicu \_\_\_\_\_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.

Studentica

---

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

\_\_\_\_\_

## SADRŽAJ

1. EMOCIONALNI RAZVOJ PREDŠKOLSKE DJECE .....	2
1.1. Emocije i podjela emocija .....	2
1.2. Dječji emocionalni razvoj .....	3
1.3. Djetetov temperament .....	5
1.4. Regulacija emocija .....	7
1.5. Integracija emocija prilikom socijalizacije .....	8
1.6. Emocionalna inteligencija .....	10
2. DEFINICIJA OBITELJI .....	12
2.1. Tradicionalna obitelj.....	12
2.2. Suvremena obitelj.....	14
3. OBITELJ I OBITELJSKI ODNOSI.....	15
3.1. Vrste obitelji i obiteljskih odnosa.....	15
3.2. Poticajna obitelj za emocionalni razvoj.....	16
3.3. Nepovoljna obitelj za emocionalni razvoj.....	17
4. RODITELJSKI STILOVI.....	19
4.1. Autoritativan roditeljski stil .....	19
4.2. Autoritarni roditeljski stil.....	20
4.3. Permisivni roditeljski stil.....	21
4.4. Zanemarujući roditeljski stil .....	22
5. UTJECAJ OBITELJSKIH ODNOSA NA EMOCIONALNI RAZVOJ DJECE.....	24
5.1. Roditeljski postupci i ponašanja.....	24
5.2. Kvalitetan roditeljski pristup za emocionalni razvoj djeteta .....	26
5.3. Negativan roditeljski pristup za emocionalni razvoj djeteta.....	28
6. OBITELJSKA TERAPIJA.....	31
7. POTICANJE RAZVOJA KVALITETNIH ODNOSA DJETETA I RODITELJA.....	33
7.1. Doprinos igre u razvoju obiteljskih odnosa .....	33
7.2. Doprinos čitanja slikovnica u razvoju obiteljskih odnosa .....	37
ZAKLJUČAK.....	39
LITERATURA .....	41
SAŽETAK .....	45
SUMMARY .....	46

## UVOD

Djetinjstvo je razdoblje brzog i složenog razvoja kroz koji se prelamaju nasljedni i okolinski utjecaji. Djetetov razvoj je složen i dinamičan proces koji obuhvaća promjene i napredak u različitim područjima, uključujući fizički, kognitivni, jezični, emocionalni i socijalni razvoj (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Emocionalni razvoj je proces u kojem se pojedinac razvija emocionalno, stječe emocionalnu inteligenciju i sposobnost upravljanja vlastitim emocijama koje su sastavni dio ljudskog iskustva i imaju važan utjecaj na naše ponašanje, donošenje odluka i općenito na kvalitetu našeg života. Kao takav emocionalni razvoj moguće je pratiti od najranije djetetove dobi. Djeca se rađaju s osnovnim emocionalnim znanjem i kroz interakciju s roditeljima, skrbnicima i okolinom uče izražavati i regulirati svoje emocije te razumjeti emocije drugih ljudi.

Obiteljski odnosi imaju iznimno važan utjecaj na emocionalni razvoj djece. Obitelj je prvo okruženje u kojem dijete raste i razvija se, te je mjesto gdje se temelje emocionalne veze, uči o izražavanju i reguliranju emocija te stječu osnovne vještine socijalne interakcije. Upravo obiteljsko okruženje utječe na modeliranje emocija kod djece. Važno je naglasiti da obiteljski odnosi nisu jedini faktor koji utječe na emocionalni razvoj djece. Društveno okruženje, vršnjaci i drugi vanjski čimbenici također nose važnu ulogu.

U prvom dijelu ovog rada govorit će se o emocionalnom razvoju predškolske djece gdje će detaljnije biti objašnjene emocije, njihova podjela, dječji emocionalni razvoj te emocionalna inteligencija i integracija emocija prilikom socijalizacije. Nadalje, u središnjem dijelu rada stavljena je obitelj i utjecaj obiteljskih odnosa na emocionalni razvoj djeteta gdje se uz definiciju obitelji opisuje i poticajna i nepovoljna obitelj za emocionalni razvoj djeteta. Također, opisuju se i roditeljski postupci podijeljeni na kvalitetan i nepovoljan pristup razvoju emocija kod djece. U završnom dijelu rada istaknuta je obiteljska terapije i njezina važnost te postupci kojima se potiče razvoj kvalitetnih odnosa između djeteta i roditelja, kao i pravilan emocionalni razvoj djeteta.

# 1. EMOCIONALNI RAZVOJ PREDŠKOLSKE DJECE

## 1.1. Emocije i podjela emocija

Emocije su dio ličnosti svakog pojedinca koje bivaju izazvane raznim događajima. One su činitelj koji uvelike utječe na cjelokupno funkcioniranje pojedinca i imaju glavnu ulogu u interpersonalnom životu (Brajša-Žganec, 2003).

Berk (2015) emocije definira kao kompleksne psihičke i fiziološke reakcije koje proizlaze iz interakcije pojedinca s određenim događajem, situacijom ili okolinom. Takve emocionalne reakcije mogu biti ugodne ili neugodne, a često se nazivaju i "prilagodbama" ili "psihološkim odgovorima" jer odražavaju način na koji pojedinac reagira i prilagođava se na okolnosti.

Svaki pojedinac neovisno o tome je li odrastao čovjek ili dijete iskazuje emocionalne reakcije prema okolini. Govoreći o reakciji emocija na određeno zbivanje, Milivojević (2000) navodi da osim uspostavljanja neposrednog odnosa prema određenom događaju pojedinac uspostavlja odnos i prema svojoj reakciji na taj događaj. Dakle, unutar emocionalne reakcije percepcija određenog događaja sjedinjuje se percepcijom osobne reakcije na taj događaj. Emocionalne reakcije različito su uvjetovane kod svakog pojedinca, a formiraju ih odgovori na podražaje iz okoline koje pojedinac procjenjuje kao relevantne (Milivojević, 2000).

Uz to Brajša-Žganec (2003) naglašava da su emocije intenzivne i kratkotrajne te praćene različitim fiziološkim promjenama te tako dovode do prekida trenutnog ponašanja. Emocije su povezane s obrascima tjelesnih promjena i moždanim strukturama koje su u pozadini, a oblikovane su tjelesnim odgovorom (Damasio, 1999, prema Prinz, 2004).

Nadalje, Slunjski (2013) iznosi da su emocije subjektivne te da ih svatko doživljava i izražava drugačije, a nastaju kao rezultat međusobnih utjecaja bioloških karakteristika pojedinaca, socijalnog učenja i kulture. „Popraćene su različitim izrazima lica, tjelesnom napetošću, glasovnim reakcijama, crvenilom ili bljedoćom lica, smijehom, plačem, povlačenjem u stranu ili približavanjem i slično“ (Slunjski, 2013: 7).

Emocije razlikujemo kao one ugodne i neugodne, a prisustvo pojedine emocije uvjetuje hoćemo li se osjećati bolje ili lošije. Također, emocije mogu biti jače ili slabije



(Slunjski, 2013). Temeljne emocije su radost, interes, iznenađenje, strah, ljutnja, tuga, gađenje o kojima se izravno može zaključivati na temelju izraza lica (Berk, 2015).

Unutar prvih šest mjeseci života razvija se u šest osnovnih emocija: strah, srdžba, veselje, tuga, gađenje i iznenađenje. „Pozitivne emocije kao što su sreća, iznenađenje te negativne emocije poput ljutnje, tuge, straha, smatraju se osnovnim emocijama i mogu se prepoznati vrlo rano u djetinjstvu“ (Brajša-Žganec, 2003: 17).

## 1.2. Dječji emocionalni razvoj

Svako dijete je jedinstveno i posebno stoga je tempo razvoja kod svakog djeteta različit. Emocionalni razvoj možemo pratiti u ranoj dojenačkoj dobi putem djetetova izraza lica, pogleda, glasa i položaja tijela oblikovanih u skladu s okolinskim događajima. Tako primjerice kod beba možemo primijetiti formiranje veselog izraza lica, ugodno brbljanje i opušten položaj tijela kao odgovor na zaigranu interakciju s roditeljem, no roditelji koji emocionalno ne reaguju kod djeteta izazivaju tužan izraz lica, nemirnu vokalizaciju i klonuli položaj što dovodi do formacije ljutita izraza lica, plakanja i geste kojima dijete traži da ga roditelj podigne (Berk, 2015).

Razvoj emocija kod djeteta podijeljen je u tri faze; usvajanje emocija, diferenciranje i transformacija emocija. Faza usvajanja emocija odvija se u ranom djetinjstvu, a odnosi se na izražavanje i percepciju emocija. U ovu fazu uključene su djetetove refleksne reakcije te karakteristike djetetova temperamenta, a djeca pomoću emocionalne reakcije uče prepoznati emocije. Interakcija djeteta s njegovom okolinom igra ključnu ulogu u njegovom emocionalnom razvoju i razvoju vještina upravljanja emocijama (Brajša-Žganec, 2003).

Faza diferenciranja emocija odnosi se na proces u kojem dijete uči razlikovati i prilagođavati izraze svojih emocija u odnosu na određeni kontekst ili ponašanje. U ovoj fazi, signali iz okoline, poput izraza lica, tonaliteta glasa i tjelesnih gesta, mijenjaju se i prilagođavaju pod utjecajem učenja i obiteljskih obrazaca ponašanja. Dijete počinje povezivati svoje emocionalne reakcije s novim kontekstom ili situacijom. U ovoj fazi dijete se usklađuje s društvenim očekivanjima te značajno smanjuje ili pretjerano naglašava izražavanje emocija, a isto tako i prikriva pojedine emocije. Svakako je važno istaknuti djetetovu interakciju s roditeljima koja doprinosi diferenciranju i modificiranju izražavanja djetetovih emocija formirajući tako obiteljske obrasce

ponašanja oponašajući roditelje. Brajša-Žganec (2003) tvdi da djeca vrlo rano usvajaju način prepoznavanja emocije, ali je potrebno neko vrijeme da usvoje potiskivati neželjene emocionalne iskaze te da spoznaju kako diferencirati svoje osjećaje kako bi udovoljili očekivanjima okoline odnosno kako bi se prilagodili obiteljskim i kulturalnim obrascima ponašanja. Tako se facijalna ekspresija i drugi emocionalni iskazi prilagođavaju obiteljskim i kulturnim obrascima ponašanja (Brajša-Žganec, 2003).

Transformacija ili reorganiziranje obuhvaća dva procesa. Prvi se odnosi na način na koji emocionalno stanje transformira procese razmišljanja, učenja ili pripreme za reakciju, dok se drugi proces odnosi na mijenjanje emocionalnog procesa vlastitim iskustvom i znanjem pa se tako kontekst i značenje emocija javljaju kao konstrukcija svakog pojedinca. Određena emocija u navedenoj fazi može ostati jednostavna, ali se može i preoblikovati u niz drugih promišljanja i ponašanja. Tako se primjerice uz emociju tuge mogu nadovezati krivnja i strah koji kod djeteta oblikuju negativnu sliku o samome sebi, zatim potištenost, a moguća je i pojava depresivnog stanja. Faza transformacije oslovljena je kao najsloženija upravo zbog povezanosti emocionalnog iskustva, verbalizacije emocija te njihove transformacije (Brajša-Žganec, 2003).

Autori Starc i suradnici (2004) iznose da emocionalni razvoj djeteta obuhvaća nekoliko ključnih aspekata, uključujući razvoj emocionalnog izražavanja, emocionalnog razumijevanja, empatije, razvoj emocija samosvijesti te razvoj privrženosti. Razvoj emocionalnog izražavanja odnosi se na djetetovo učenje kako prepoznavati i izražavati svoje emocije na primjeren način. To uključuje sposobnost prepoznavanja vlastitih emocija i izražavanje tih emocija na prikladan način, bilo verbalno ili neverbalno. Razvojem emocionalnog razumijevanja dijete razvija sposobnost razumijevanja vlastitih emocija i emocija drugih ljudi. To uključuje razumijevanje uzroka i posljedica emocija te sposobnost prepoznavanja i interpretacije emocija kod drugih ljudi. Empatija se razvija tako što dijete uči suosjećati s drugima i razumijevati njihove osjećaje te uključuje sposobnost stavljanja u tuđu kožu kako bi razumjelo tuđu emocionalnu situaciju i reakciju. Prema Starc i suradnicima (2004) razvojem emocionalne samosvijesti dijete postaje svjesno vlastitih emocija i počinje razumijevati kako one utječu na njegovo ponašanje i dobrobit. To uključuje razvoj samopraćenja i sposobnost reguliranja vlastitih emocija. Prilikom razvoja privrženosti dijete razvija vezu i privrženost prema svojim roditeljima ili skrbnicima što čini važan aspekt emocionalnog razvoja jer pruža djetetu osjećaj sigurnosti, podrške i pripadnosti.

Svi ovi aspekti emocionalnog razvoja važni su za cjelokupan emocionalni razvoj djeteta te njegovu sposobnost razumijevanja i upravljanja vlastitim emocijama, kao i uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa s drugima (Starc i sur., 2004).

### 1.3. Djetetov temperament

Berk (2015) definira temperament kao stabilne individualne razlike u reaktivnosti i samoregulaciji koje se rano pojavljuju. Reaktivnost se odnosi na razlike u brzini i intenzitetu emocionalne pobuđenosti, pažnji i motoričkoj aktivnosti dok se samoregulacija odnosi na strategije koje mijenjaju reaktivnost (Berk, 2015). Temperament se odnosi na urođene karakteristike djeteta koje utječu na njegov stil ponašanja, emocionalne reakcije i reaktivnost na vanjske podražaje. Opisivan je kao reaktivan, automatski, spontan i nesvjestan dio ličnosti koji nije pod utjecajem slobodne volje (Sindik, Basta-Frljić, 2008, prema Vasta, Haith i Miller, 1997).

Prema Starc i suradnicima (2004) djeca se rađaju s određenim osobinama koje su biološki uvjetovane kao i određenim temperamentom. Temperament kao način kojim dijete pokazuje i doživljava vlastita raspoloženja i promjene raspoloženja velikim je dijelom urođen, no može se modificirati određenim odgojnim postupcima. „Međusobni odnos roditeljskih reakcija i djetetova temperamenta u znatnoj mjeri određuje razvojne uvjete i razvojni put svakog djeteta i zbog toga je važno poznavati djetetov temperament i njegove moguće učinke na roditelje“ (Starc i sur., 2004:32).

Božiković i suradnici iznose kako pojedine dimenzije temperamenta dijelom utječu i način odgoja djeteta, odnosno dinamiku roditeljskog ponašanja i reakcije okoline (Božiković i sur., 2020).

Thomas i Chess, uz mnoge suradnike, proveli su prva istraživanja o dječjem temperamentu tijekom 1950-ih i 1960-ih godina. Prema njihovom modelu, dječji temperament sastoji se od devet sastavnica (razina aktivnosti, uspostavljeni ritam, povlačenje/trazjenje nove situacije, adaptabilnost, prag osjetljivosti na podražaj, snaga reakcije na podražaj, osnovno raspoloženje, distraktibilnost, raspon pažnje/perzistencija) koje opisuju različite aspekte djetetove osobnosti i ponašanja (Thomas i Chess, 1986, prema Starc i sur., 2004).

Govoreći o sastavnicama djetetova temperamenta, Starc i suradnici (2004) iznose da pozitivnu i negativnu reaktivnost. Pozitivnu reaktivnost povezujemo s razinom aktivnosti, smiješkom i smijanjem te glasanjem i vokalizacijom, dok negativnu reaktivnost opisuje nezadovoljstvo zbog ograničenja i strašljivost. U dobi od druge do sedme godine sastavnice dječjeg temperamenta u odnosu na dojenačku dob proširenog su opsega te se uvelike približavaju opisu djetetove ličnosti, a neke od njih su: smiješak i smijanje na različite ugodne i zanimljive podražaje, uzbuđenje u očekivanju ugodnih doživljaja, uživanje u ugodnim, a pomalo opasnim aktivnostima, nezadovoljstvo, depresivnost, frustriranost u situaciji sprječavanja ili ograničavanja, bojažljivost, neutješnost, strah od moguće opasnosti i boli, susprezanje reakcije, planiranje ponašanja, usmjeravanje u održavanje pozornosti na zadatak, perceptivna osjetljivost za slabe i neprimjetljive podražaje (Starc i sur., 2004).

Kombinacija osobina temperamenta određuje je li dijete lakše ili teže odgajati, a prema težini temperamenta djecu možemo svrstati u tri skupine: dijete lakog temperamenta, dijete teškog temperamenta i dijete opreznog temperamenta. Dijete lakog temperamenta odlučno će iskazivati ugodne emocije smiješkom, pokazat će i dugu usredotočenost na određeni sadržaj koji je u tijeku, brzo će prihvatiti utjehu dok će duže prihvaćati određeno sprečavanje ili frustraciju te će imati manju strašljivost i umjerenu razinu tjelesne aktivnosti. Takvo će dijete roditelju omogućiti opušten stav i sigurnost u odgoju što će doprinijeti oblikovanju čvršće emocionalne veze odnosno privrženosti (Starc i sur., 2004).

Dijete teškog temperamenta uvelike se razlikuje od djeteta lakog temperamenta. Opisuju ga karakteristike, poput nedostatka pozitivnih emocija, kratke usredotočenosti, strašljivosti, visoke razine aktivnosti te odbijanja utjehe i odgode zadovoljenja potreba te sukladno tome može zahtijevati poseban pristup roditeljstvu. Takvo dijete može izazvati stres i frustraciju kod roditelja, jer se može činiti da nisu u stanju pružiti odgovarajuću brigu i udovoljiti potrebama djeteta. Nedostatak pozitivnih emocija i odbijanje utjehe mogu dodatno otežati roditelju da se osjeća kompetentno i povezano s djetetom. Također, visoka razina aktivnosti djeteta može zahtijevati stalnu pažnju i nadzor, što može dovesti do iscrpljenosti roditelja. U obiteljima u kojima nedostaje partnerska podrška između roditelja, situacija može biti dodatno otežana. Nedostatak osjećaja sigurnosti i podrške u ranom djetinjstvu može negativno utjecati na emocionalni i socijalni razvoj djeteta.

Dijete opreznog temperamenta pokazuje nisku razinu aktivnosti, neugodne emocije i sporu prilagodbu na promjene. Međutim istraživači se ne slažu oko toga je li temperament stabilan tijekom cijelog odrastanja ili se može mijenjati pod utjecajem različitih čimbenika. Okolina, uključujući širu obitelj, jaslice ima ključnu ulogu u pružanju podrške djetetu s teškim temperamentom. Važno je da okolina svjesno izbjegava negativan i nesiguran stav prema djetetu te radi na stvaranju poticajnog okruženja. To može uključivati prilagođavanje aktivnosti i situacija kako bi se dijete osjećalo ugodnije, pružanje emocionalne podrške i nagrađivanje pozitivnog ponašanja. Važno je da se roditelji, odgajatelji i stručnjaci educiraju o različitim aspektima djetetovog temperamenta i razviju strategije prilagođene djetetovim potrebama. Individualizirani pristup i razumijevanje mogu pomoći u stvaranju pozitivne interakcije i podržavajućeg okruženja za dijete s teškim temperamentom. U svakom slučaju, važno je imati na umu da se temperament može razvijati i mijenjati tijekom vremena, pa je potrebno pratiti djetetov razvoj i prilagođavati pristupe prema njegovim trenutnim potrebama (Starc i sur., 2004).

#### 1.4. Regulacija emocija

Regulacija emocija može se definirati kao namjerni ili automatski pokušaji pojedinca da utječe na određene emocije koje su u danom trenutku prisutne te kako se te emocije doživljavaju ili izražavaju. Regulacija emocija uključuje promjene u jednom ili više aspekata emocija, uključujući situaciju izazivanja, pozornost, procjene, subjektivno iskustvo, ponašanje i fiziologiju (Mauss, Bunge i Gross, 2007).

Autori Cole i suradnici (2009) ispitivali su razumijevanje emocionalnih reakcija kod djece od treće i četvrte godine. Usporedili su njihove sposobnosti prepoznavanja i generiranja strategija za upravljanje osjećajima ljutnje i tuge u lutkarskim scenarijima. Pronašli su značajne korelacije između generiranja i prepoznavanje strategija za ljutnju, ali ne i za tugu što sugerira da djeca predškolske dobi mogu koristiti različite metode za upravljanje različitim emocijama. Četverogodišnjaci su bili sposobni generirati više strategija za bavljenje poslovima od trogodišnjaka sa scenarijima ljutnje; međutim obje dobne skupine bile su usporedive u pogledu strategija za tugu. Time se zaključuje da se emocionalna regulacija razvija s godinama i da se strategije specifične za emocije razvijaju u različitim razdobljima. Autori sugeriraju da je razdoblje između

treće i pete godine života značajno za razvoj sposobnost djece da razumiju vlastite strategije i događa se zajedno s drugim kognitivnim prekretnicama (Gershon, Pellitteri, 2018).

„Emocionalna samoregulacija odnosi se na strategije koje koristimo kako bismo intenzitet ili trajanje svojih emocionalnih stanja doveli na ugodnu razinu koja nam omogućuje ostvarenje ciljeva.“ (Berk 2015:407). Emocionalna samoregulacija zahtijeva voljno upravljanje emocijama i ulaganje truda. Također, odnosi se na sposobnost prepoznavanja, razumijevanja i upravljanja vlastitim emocijama na način koji je prikladan i produktivan. Za postizanje takve kontrole emocionalnih reakcija potrebno je uložiti napor i vježbati različite strategije. Kontrola emocionalnih reakcija i samoregulacija razvijaju se tijekom vremena kao rezultat razvoja mozga koji igra ključnu ulogu u regulaciji emocija. Mozak se kontinuirano razvija tijekom djetinjstva i adolescencije, što omogućuje sve sofisticiraniju emocionalnu regulaciju s godinama. Učenje strategija upravljanja intenzivnim emocijama također je važno za emocionalnu samoregulaciju, a odrasli imaju ključnu ulogu pomoći djeci da ih spoznaju. Oni mogu pružiti podršku, modelirati pozitivne načine upravljanja emocijama i poučiti djecu vještinama kao što su duboko disanje, prepoznavanje i izražavanje emocija te rješavanje konflikata na konstruktivan način (Berk 2015).

#### 1.5. Integracija emocija prilikom socijalizacije

Prema Ljubetić (2012) djetetov socijalni i emocionalni razvoj međusobno su povezani i međuovisni. Socijalni razvoj odnosi se na stjecanje vještina i sposobnosti za uspostavljanje i održavanje odnosa s drugim ljudima, dok emocionalni razvoj uključuje razumijevanje, izražavanje i reguliranje vlastitih emocija. Sposobnost reguliranja emocija ključna je komponenta emocionalnog razvoja kod djece. Nedovoljna ili pretjerana regulacija emocija može otežati djetetu socijalno učenje i razvoj socijalnih kompetencija. U situacijama kada djeca ne uspijevaju vješto regulirati svoje emocije poput gnjeva, straha ili frustracije, mogu imati poteškoća u interakciji s drugima, što može utjecati na njihovo socijalno učenje.

Socijalizacija povezana s emocijama uključuje ponašanja koja oblikuju dječju emocionalnost, samoregulaciju, ponašanja povezana s emocijama i učenje sadržaja. Znanstvena ispitivanja o tome kako funkcioniranje vršnjaka može doprinijeti ishodima

povezanim s emocijama i učenjem učenika temeljena su na dokazima da je provođenje vremena uključeno u visokokvalitetne interakcije s vršnjacima povezano s pozitivnim ishodima povezanima s emocijama i učenjem (Valiente i sur., 2020, prema Rubin, Hymel i Mills, 1989). Vršnjaci koje dijete odluči izabrati (ili poništiti) kao partnere za interakciju dodatno pridonose kontekstu razreda koji može poticati ili ometati emocionalni i akademski uspjeh (Valiente i sur., 2020).

Tijekom djetetova sazrijevanja okolina sve više oblikuje i modificira djetetov način izražavanja emocija i uči ga društveno prihvatljivim oblicima izražavanja emocija pa tako ima značajan utjecaj na način na koji se djeca izražavaju i razumiju emocije. Kroz socijalizaciju, djeca uče društveno prihvatljive načine izražavanja emocija i suočavaju se s očekivanjima koja im postavljaju odrasli.

Tijekom procesa usklađivanja izvornih doživljaja i potreba djeteta s očekivanjima okoline mogu se pojaviti mnoge zapreke za uravnotežen emocionalni razvoj. Odrasli ponekad ne "vide" dijete i ne razumiju njegove osjećaje koji stoje iza ponašanja koje ne odobravaju. Odrasli često nespretno reaguju na dječje osjećaje tako što ih poistovjećuju s ponašanjem i postavljaju ograničavajuće norme. To može dovesti do problema u emocionalnom razvoju djeteta. Kada odrasli kažu djetetu da ne smije biti ljuto, da su samo "zločesta djeca" ljuta ili da se samo "mala djeca" boje mraka, oni zapravo odbacuju i negiraju djetetove stvarne osjećaje. Takvi komentari mogu poslati poruku da su dječji osjećaji nevažni ili neprihvatljivi, što može dovesti do potiskivanja ili negiranja tih emocija. Odrasli također mogu koristiti stereotipe o spolu kao što je primjerice često izgovorena rečenica: "Dječaci ne plaču" kako bi ograničili način na koji dijete izražava svoje emocije. Ovo ograničavanje može imati negativan utjecaj na emocionalni razvoj djeteta jer ih uči da potiskuju ili sakrivaju svoje istinske osjećaje kako bi se uklopili u društvene norme. Kada se djetetu oduzme pravo na izražavanje autentičnih osjećaja, ono može naučiti biti neizravno, manipulativno ili agresivno u pokušaju da iskaže svoje potrebe. To može dovesti do problema u komunikaciji i socijalnim interakcijama. Umjesto toga, odrasli trebaju naučiti prepoznavati, razumjeti i prihvaćati dječje osjećaje, bez obzira na to jesu li oni suprotni očekivanjima ili normama. Važno je pružiti djetetu podršku, empatiju i voditi ga u učenju zdravih načina izražavanja emocija. Odrasli bi trebali poticati dijete da govori o svojim osjećajima, postavljajući pitanja, slušajući ga pažljivo i pružajući mu podršku u razumijevanju i regulaciji emocija (Rezić, 2006).

Proces socijalizacije emocija odvija se kroz promatranje i oponašanje te usvajanje načina izražavanja emocija koje su u skladu s društvenim normama i očekivanjima. Kada dijete promatra svoju okolinu i ljude u njoj, stječe sposobnost viđenja i primjećivanja emocionalnih izraza. Djeca obraćaju pozornost na te izraze i koriste ih kao uzor za vlastito emocionalno izražavanje. Tijekom odrastanja, većina ljudi razvija naučene sheme i očekivanja koja oblikuju njihov pogled na stvari i događaje. Ove sheme često su temeljene na modelima ponašanja ljudi iz bliske okoline, kao što su obitelj i kultura. Dijete oponaša način i intenzitet emocionalnog izražavanja koje vidi kod drugih ljudi. Na taj način, dijete komunicira svoje emocije i poziva okolinu da sudjeluje u njihovom emocionalnom doživljaju. Različite obitelji i kulture imaju različite razine otvorenosti ili suzdržanosti u izražavanju emocija i uživljavanju u emocije drugih. Roditelji i odgajatelji namjerno utječu na socijalizaciju emocija svojeg djeteta putem odgajanja i postavljanja granica prihvatljivog i neprihvatljivog izražavanja emocija, posebno srdžbe. Dijete se usmjerava na smanjivanje intenziteta emocionalnog izražavanja, potiče se na samokontrolu i uči odabiru društveno prihvatljivih oblika izražavanja emocija (Rezić, 2006).

Ukupno gledajući, stvaranje sigurnog i podržavajućeg okruženja za dječje emocionalno izražavanje ključno je za njihov uravnotežen emocionalni razvoj.

#### 1.6. Emocionalna inteligencija

Emocionalna inteligencija obuhvaća skup emocionalnih sposobnosti koje osobi pomažu odabrati i prilagoditi se određenim emocionalnim informacijama (Salovey i Pizarro, 2003, prema Berk, 2015). Brajša i suradnici (1999) navode sljedeću definiciju emocionalne inteligencije: „pod emocionalnom inteligencijom se podrazumijeva poznavanje vlastitih emocija, primjereno postupanje s njima, njihovo uspješno korištenje te sposobnost uživljavanja u tuđe emocije, kao i ophođenje s emocijama drugih“ (Brajša i sur., 1999:105).

Odrasli predstavljaju snažan model djetetova učenja i upravo promatrajući ponašanje bliske odrasle osobe kao i posljedice koju je model promatranja izazvao svojim ponašanjem dijete razvija svoju emocionalnu inteligenciju. Važno je da roditelji znaju ispravno reagirati na dječje emocije, osjetiti ih i razumjeti ih. Kako bi ostvarili pozitivan učinak na razvoj emocija roditelji moraju znati prihvaćati, slušati i usmjeravati



djetetove emocije te davati emocionalni odgovor i razgovarati o emocijama. „Emocionalno iskreni roditelji slušaju svoje srce i biraju riječi kojima govore ono što stvarno misle i osjećaju“ (Brajša i sur., 1999:105).

Obiteljski odnosi igraju važnu ulogu u razvoju emocionalne inteligencije kod djece. Razvoj obiteljskih odnosa od rođenja do školske dobi ima iznimnu važnost za sveukupni razvoj djeteta. Obitelj je prva socijalna okolina s kojom dijete dolazi u kontakt te stoga obiteljski odnosi imaju snažan utjecaj na emocionalno blagostanje, socijalni razvoj, kognitivni napredak i formiranje identiteta djeteta. Emocionalnu inteligenciju moguće je poboljšavati tijekom cijelog života, a time i poboljšavati odnose s drugima. Razvijanje emocionalne inteligencije omogućuje bolje razumijevanje sebe ali i drugih, poboljšanu komunikaciju, veću empatiju i bolje rješavanje sukoba. Kroz svjesnost o vlastitim emocijama, razumijevanje njihovih uzroka i učinaka te razvijanje emocionalnih vještina, možemo postati emocionalno inteligentniji i izgraditi zadovoljavajuće i zdrave odnose s drugima.

Emocionalno kompetentne osobe imaju sposobnost prepoznati i razumjeti svoje emocije te na primjeren način izraziti svoje osjećaje. Oni su svjesni svojih emocija i mogu ih prepoznati kada se pojave. Također, emocionalno kompetentne osobe imaju vještine upravljanja emocijama koje im omogućuju da se nose s emocijama na način koji im je koristan. Razumijevanje i izražavanje emocija na primjeren način ključno je za postizanje emocionalne dobrobiti i uspješnog funkcioniranja u različitim aspektima života. Emocionalna inteligencija razvija se procesom učenja prepoznavanja vlastitih i tuđih emocije, kako ih izražavati i razumjeti, kako njima upravljati i kako ih upotrebljavati da bismo ostvarili kvalitetnu komunikaciju s drugima, donosili dobre odluke i održavali dobre odnose (Slunjski, 2013).

## 2. DEFINICIJA OBITELJI

Obitelj je temeljna sastavnica svake jedinice, a današnje obitelji suočavaju se s brojnim izazovima te nailaze na razne prepreke koje uvelike unose neravnotežu u njezinu funkcioniranje. Postoje mnoge definicije obitelji koje se razlikuju sa znanstvenog gledišta promatranja. Sa sociološkog gledišta autor Janković (2008) navodi da je obitelj osnovna jedinica društva, dok sa psihološkog gledišta obitelj definira kao bitan faktor primarne socijalizacije i uopće psihičkog razvoja.

Za svakog pojedinca obitelj predstavlja utočište u kojem se osoba osjeća sigurno i voljeno. Janković (2008) ističe obitelj kao zajednicu određenog broja osoba sa svim njihovim posebnostima i stoga je svaka za sebe poseban jedinstven društveni organizam. Iako se obitelji razlikuju u mnogim aspektima kao što su ekonomski, kulturni, socijalni i mnogi drugi zajedničko im je pružanje podrške potrebne za zdrav rast i razvoj posebice za dijete.

Obitelj igra važnu ulogu u društvu i pruža emocionalnu podršku, sigurnost, skrb i odgoj djece. Također prenosi vrijednosti, tradiciju i kulturu s generacije na generaciju. Sastav obitelji može se razlikovati ovisno o kulturi, religiji, pravnim sustavima i društvenim normama pojedine zajednice. U nekim kulturama, obitelj može uključivati proširene članove, kao što su bake, djedovi, ujaci, tetke i kumovi, koji igraju važnu ulogu u životu djece. Važno je napomenuti da se definicija obitelji mijenja tijekom vremena i varira u različitim kulturama.

Obitelj se uvelike mijenjala kroz povijest pa se tako njezina uloga u mnogome promijenila evoluirajući s vremenom. Koncept obitelji nije statičan, već je podložan društvenim, kulturnim i ekonomskim promjenama. U ranijim povijesnim razdobljima obitelj je imala potpuno drugačiju funkciju no što ima danas pa tako razlikujemo dva potpuno različita pristupa obitelji, tradicionalni i suvremeni (Kadlec, 2022).

### 2.1. Tradicionalna obitelj

Tradicionalna obitelj je pojam koji se često koristi za opisivanje obiteljskih struktura koje se temelje na tradicionalnim vrijednostima i normama. Ova vrsta obitelji u Hrvatskoj te u ostaku većine europskih zemalja obično se sastoji od muškarca, žene

i njihove biološke djece, s naglaskom na braku kao instituciji koja ih povezuje. Tradicionalističko promatranje braka i obitelji te odnosa i struktura koje ono uključuje karakterizira vlasništvo oca nad obiteljskim dobrima, patrijarhalni odnosi i odgovarajući sustav vrijednosti (Janković, 2008).

Tradicionalna obitelj može uključivati i druge članove obitelji, kao što su roditelji ili bake i djedovi, koji zajedno žive ili redovito komuniciraju i podržavaju jedni druge. Obiteljske uloge su tradicionalno raspoređene, s muškarcem kao glavnim hraniteljem i ženom kao glavnom skrbnicom domaćinstva i djece (Nimac, 2010).

Tradicionalna društva temelje na ustaljenim i često nepromjenjivim društvenim obrascima, uključujući socijalne, običajne, religijske, ekonomske i psihološke aspekte. U tim društvima brak i obitelj imaju veliku važnost. Podjela uloga u obitelji tradicionalnih društava obično je strogo određena, s muškarcem koji radi izvan kuće i ekonomski skrbi za obitelj, dok žena ostaje kod kuće kao domaćica. Muškarac se često smatra subjektom u obitelji, dok su žena i djeca objekti njegove ljubavi i ponekad samovolje. Ove tradicionalne uloge često proizlaze iz društvene hijerarhije i normi koje ograničavaju slobodu izbora i individualne autonomije, posebno za žene (Aračić i Nikodem, 2000).

Nimac (2010) objašnjava da izraz tradicionalne obitelji nosi višeznačnost i može se razumjeti na različite načine, ovisno o kontekstu i perspektivi pojedinca. Jedno tumačenje tradicionalne obitelji odnosi se na prošlost i na obiteljski model koji može biti manje relevantan u današnjem načinu života. Ovaj pogled ukazuje na to da su se društvene promjene dogodile, a tradicionalni obiteljski modeli koji su se temeljili na tradicionalnoj rodnosti, braku između muškarca i žene te hijerarhijskim ulogama članova obitelji, možda više ne odražavaju raznolikost obiteljskih konfiguracija koje danas postoje. S druge strane, drugo tumačenje tradicionalne obitelji fokusira se na sposobnost prenošenja i njegovanja obiteljskih tradicija, vrijednosti i zajedništva. Ova perspektiva naglašava važnost simboličkog, duhovnog i moralnog aspekta obiteljske veze. U tom smislu, tradicionalna obitelj može biti shvaćena kao nositeljica tradicije koja pruža osjećaj kontinuiteta, stabilnosti i povezanosti među članovima obitelji.

## 2.2. Suvremena obitelj

U Hrvatskoj suvremena obitelj prepoznaje se kao pojam koji se odnosi na različite obiteljske strukture i dinamike koje su prisutne u današnjem društvu. Stalne transformacije društva imaju utjecaj na obitelj i dovode do promjena u njenim ulogama i strukturi. Obitelj se prilagođava društvenim zahtjevima i potrebama koje proizlaze iz tih transformacija. Napredak u industriji, znanosti i tehnologiji ima posebno snažan utjecaj na društvo u cjelini, uključujući i obitelj. Te promjene mogu utjecati na način kako obitelji funkcioniraju i kako se oblikuju odnosi unutar njih (Ljubetić, 2012).

U suvremenoj obitelji primjećuje se veći naglasak na osobnim interesima, a održavanje općeg dobra često je manje prioritetno nego u tradicionalnim obiteljima. I muškarci i žene teže profesionalnom napretku i materijalnom blagostanju, dok se tradicionalne obiteljske vrijednosti često zanemaruju (Maleš, 2012).

Suvremena odnosno postmoderna obitelj nastaje kao rezultat širokog spektra društvenih promjena i gibanja koja su se odvijala od drugog dijela prošlog stoljeća do danas. Razvoj znanosti, tehnologije i političke ideje o jednakosti ljudi pred zakonom doprinijele su razvoju modernog građanskog društva. Ove promjene su rezultirale transformacijama unutar obitelji, uslijed procesa modernizacije, individualizacije, urbanizacije, socijalne diferencijacije i fragmentacije. Neke od tih promjena su: učvršćivanje načela slobodnog izbora partnera te ostvarivanje prava žena i djece (Aračić i Nikodem, 2000).

Jedna od ključnih karakteristika postmoderne obitelji je naglasak na konzumerizmu i potrošačkom društvu. Rasprostranjenost i dostupnost masovnih medija, poput televizije, interneta i oglašavanja, promijenili su način na koji ljudi doživljavaju vrijednosti. U novonastalom društvu dolazi do razbijanja tradicionalnih normi i vrijednosti što se uvelike odražava na obiteljski život, uključujući promjene u braku, obiteljskim ulogama, roditeljstvu i strukturama obitelji (Aračić i Nikodem, 2000).

Promjene tradicionalnih oblika obiteljskog i bračnog života donose više slobode, ali istovremeno i neodređenost i nejasnoće u ostvarivanju uloga u braku i obitelji što pruža veliki utjecaj na formiranju obiteljskih odnosa unutar obitelji (Aračić i Nikodem, 2000).

### 3. OBITELJ I OBITELJSKI ODNOSI

Prema Čudina-Obradović i Obradović (2006) važno je napomenuti da roditelji imaju dvostruki utjecaj na djecu - genetski i okolišni. Genetski utjecaj odnosi se na prenošenje osobina putem gena s roditelja na dijete, dok okolišni utjecaj proizlazi iz stvaranja poticajne ili manje poticajne okoline za razvoj djeteta, koja donekle može biti povezana s roditeljskim genima. S obzirom na tu složenost, teško je odrediti točno što utječe na razvoj i osobine djeteta. Nasljeđe i okolina međusobno se prepliću i zajedno oblikuju djetetov razvoj. Istaknute čimbenike treba proučavati kroz multidisciplinarni pristup koji uključuje genetiku, psihologiju, sociologiju i druge relevantne discipline.

#### 3.1. Vrste obitelji i obiteljskih odnosa

U današnjem svijetu postoji raznolikost obiteljskih modela i konstelacija koje odražavaju promjene i različite okolnosti u kojima obitelji funkcioniraju (Butumović, 2021). Tako osim obitelji u kojoj se nalaze biološki otac i majka te njihovo dijete možemo izdvojiti neke druge modele obitelji, a to su primjerice posvojiteljske obitelji koje su usvojile dijete/djecu i pružaju im ljubav, brigu i podršku. Zatim obitelji sa samo jednim biološkim roditeljem, rekonstruirane obitelji odnosno one u kojima se jedan ili oba roditelja ponovno udaju i osnivaju novu obitelj nakon razvoda ili prethodnog braka. Potom postoje i udomiteljske obitelji koje pružaju skrb i dom djeci ili mladim osobama koje su smještene u udomiteljske oblike skrbi. Višegeneracijske obitelji koje uključuju više generacija, poput bake i djeda, roditelja i djece, ili čak proširenih obitelji koje uključuju rođake ili druge članove obitelji, slobodne izvanbračne obitelji u kojima žive partneri koji nisu formalno vjenčani, ali su u dugoročnoj vezi i zajedno podižu djecu. Također postoje i samačka kućanstva u kojima osobe žive same i nemaju bračnog partnera ili djece, ali mogu imati širok krug prijatelja i obitelji, istospolne i surogat obitelji te kalendarske obitelji u kojima dijete živi jedan dio godine s jednim roditeljem, a drugi dio s drugim roditeljem, prema dogovoru između razvedenih ili odvojenih roditelja (Maleš, 2012).

### 3.2. Poticajna obitelj za emocionalni razvoj

Poticajna obitelj za emocionalni razvoj djeteta pruža sigurno i podržavajuće okruženje u kojem dijete može razviti svoje emocionalne vještine, izgraditi samopouzdanje i naučiti nositi se s različitim emocionalnim izazovima. „Djeci je potrebno da roditelji funkcioniraju kao svjetionik koji u pravilnim razmacima šalje jasne signale iz kojih mogu naučiti kako ploviti kroz život“ (Juul, 2008: 72).

Roditelj ili jedan stabilan skrbnik koji razvija čvrstu vezu s djetetom pružajući podršku i pažnju tijekom djetinjstva, uključujući adolescenciju, stvara zdravo i poticajno okruženje za dijete. Ova osoba može biti majka, otac, adoptivni roditelj, odrasli član obitelji ili bilo koja odrasla osoba. Njihova uloga je važna sve do potpune samostalnosti djeteta (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Autori Gothman i Levenson (1986) ističu važnost izražavanja emocija unutar braka i tvrde da neslaganje i izražavanje ljutnje u bračnoj interakciji nisu nužno štetni, već mogu imati pozitivan utjecaj na bračnu interakciju i zadovoljstvo. Ova teorija sugerira da iskrenost u izražavanju emocija može doprinijeti otvorenosti, razumijevanju i rješavanju problema unutar braka što ostavlja pozitivan utjecaj na dijete i njegov emocionalni razvoj. Uz to, bračni partneri koji se uspijevaju izražavati i regulirati svoje emocije mogu izgraditi dublje emocionalno povezivanje i razumijevanje jedno drugoga. Zdrava i poticajna obitelj, u kojoj su prisutni zdravi bračni odnosi, obilježena je međusobnim prihvaćanjem i zadovoljstvom, otvorenom komunikacijom među članovima te skladnim obiteljskim odnosima. Autori stoga naglašavaju važnost istraživanja uloge emocija unutar obitelji za dječji socijalni i emocionalni razvoj, posebno dječju psihosocijalnu prilagodbu i socijalnu te emocionalnu kompetenciju (Brajša-Žganec, 2003).

Emocionalna toplina važna je sastavnica zdrave obitelji. Obiteljski članovi preuzimaju različite uloge i prilagođavaju se tim ulogama prema potrebi, bilo da se radi o podređenosti, nadređenosti ili ravnopravnosti tih uloga. Emocionalna sigurnost djeteta je ključni preduvjet za njegov zdrav razvoj, kako mentalno tako i tjelesno. Ona se temelji na djetetovoj povezanosti s roditeljima ili skrbnicima, toplim odnosima brige i ljubavi te na osjećaju da je djetetovo dobro, sigurnost, zdravlje i sreća stalna briga njegovih roditelja. Djetetova sigurnost također proizlazi iz osjećaja da odnos u njegovoj obitelji nije ugrožen međusobnim sukobima članova obitelji ili bilo kojim drugim

okolnostima koje bi mogle poremetiti stabilnost obitelji i njezin opstanak. Zdrava i poticajna obitelj pruža djetetu trajnu, stabilnu i strukturiranu okolinu koja istovremeno potiče djetetov rast i razvoj. Ovakva obiteljska okolina pruža djetetu razna iskustva, dok roditelji objašnjavaju nova iskustva i razvijaju djetetovo razumijevanje vanjskih događaja, kao i razumijevanje tuđih doživljaja tih događaja (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Kada je obitelj stabilna i nudi strukturiranu okolinu, dijete se osjeća sigurno i ima temelj na kojem može razvijati svoje razumijevanje svijeta oko sebe. Roditelji igraju ključnu ulogu u tome da dijete osjeća kontinuitet i stabilnost u obiteljskom okruženju, pružajući mu podršku, objašnjavajući mu nove situacije i događaje te pomažući mu u razumijevanju i procesuiranju tih iskustava. Ovakva stabilna i strukturirana obiteljska okolina doprinosi djetetovom emocionalnom razvoju, razumijevanju svijeta i drugih ljudi te promiče njegovu socijalnu i emocionalnu kompetenciju (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

### 3.3. Nepovoljna obitelj za emocionalni razvoj

Nepovoljna obitelj za djetetov razvoj može se opisati kao obiteljska situacija u kojoj se ne pruža adekvatna podrška, sigurnost i emocionalna stabilnost koja je ključna za zdrav razvoj djeteta. Nepovoljna odnosno rizična obitelj može biti bilo koja obitelj koja, svojim oblikom, dinamikom ili odnosima među članovima, ima negativan utjecaj na ukupan razvoj djeteta. To može uključivati emocionalno, tjelesno i socijalno područje djetetovog razvoja. Nepovoljni oblici obiteljskog funkcioniranja mogu stvoriti neprikladno emocionalno ozračje u kojem dijete ne dobiva potrebnu podršku, sigurnost ili ljubav. Osim što će spriječiti zdrav razvoj u djetinjstvu, utjecat će na nezdrave oblike razvoja u adolescenciji i odrasloj dobi dok će kod djece koja imaju određene genetske predispozicije otežanog razvoja iste još dodatno pojačati (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Osnovne karakteristike rizične obitelji uključuju prisutnost sukoba i agresije među članovima obitelji te hladne, zapuštajuće i zanemarujuće odnose između roditelja i djece. Ove karakteristike mogu stvoriti nepovoljno i štetno okruženje za emocionalni i sveukupni razvoj djeteta. Neki od specifičnih oblika nepovoljnog

ponašanja ili obiteljskih situacija uključuju razdražljivost roditelja, sukobe među roditeljima, tjelesno nasilje među roditeljima, neposrednu izloženost nasilju, zanemarivanje razvoja djeteta, omalovažavanje i manipulaciju djetetom, nedostatak prihvaćanja, topline i podrške od strane roditelja, nedostupnost roditelja (bilo fizička ili emocionalna), nedostatak roditeljske brige i nadzora te nedostatak povezanosti, topline i podrške unutar obitelji. Slične situacije mogu imati dugotrajne negativne posljedice na emocionalni i socijalni razvoj djeteta, kao i na njihovu kvalitetu života (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Govoreći o emocionalnom životu u obitelji, autorica Andreja Brajša-Žganec navodi da problemi roditelja u braku, sukobi i raskid braka mogu imati negativan utjecaj na djecu. Dugotrajni i intenzivni bračni konflikti te raskidi braka često su povezani s različitim problemima kod djece kao što su depresija, povlačenje, smanjena socijalna kompetencija, agresivnost, zdravstveni problemi te loše opće postignuće (Brajša-Žganec, 2003).

Emocionalno narušena obitelj karakterizira jak izvor stresa za svoje članove, slaba zaštita te česte potrebe majki da pronađu antistresni izvor u svojoj djeci. Ova vrsta obitelji često ima konstantnu prisutnost neriješenih problema u odnosima među članovima. Ti problemi mogu periodički kulminirati u vanjske sukobe, ali ti sukobi se nikada ne rješavaju i stalno se ponavljaju. Takvi oblici obiteljskog funkcioniranja mogu stvoriti vrlo nepovoljno i stresno okruženje za članove obitelji, uključujući djecu (Jakab, 2008).



## 4. RODITELJSKI STILOVI

Suvremeni pokušaji određivanja roditeljskog odnosa i ponašanja prema djeci uključuju tri povezana pojma: roditeljske ciljeve i vrijednosti, roditeljske odgojne stilove i roditeljske aktivnosti (specifične postupke). Roditeljski stil predstavlja opće ozračje i odnose između roditelja i djece. Odnosi se na opću emocionalnu klimu i način na koji roditelji uspostavljaju pravila, postavljaju granice, pružaju podršku i reagiraju na ponašanje djeteta. Poput roditeljskih aktivnosti, roditeljski odgojni stil također utječe na razvojne rezultate djece, no neizravno. Roditeljski odgojni stil ima značajan utjecaj na djetetovo prihvaćanje roditeljskih utjecaja i spremnost da bude socijalizirano. Također, roditeljski odgojni stil može utjecati na način na koji dijete prihvaća roditeljske aktivnosti i konkretne postupke. Roditeljski odgojni stil stvara kontekst ili ozračje u kojem dijete percipira, interpretira i prihvaća različite konkretne roditeljske postupke. Roditeljska aktivnost izravno utječe na razvojne rezultate djeteta, ali roditeljski odgojni stil igra ključnu ulogu u tome kako će dijete interpretirati, prihvatiti i reagirati na te aktivnosti stoga roditeljski odgojni stil djeluje kao središnji pojam i moderator svih odgojnih utjecaja (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Autor Tokić (2008) naznačuje da Dianu Baumrind možemo nazvati: „majkom roditeljskih stilova" jer je njezino istraživanje i klasifikacija roditeljskih stilova imala značajan utjecaj na razumijevanje različitih načina kojima roditelji odgajaju svoju djecu. Njezino pionirsko istraživanje postavilo je temelje za daljnja istraživanja i rasprave o roditeljstvu i njegovom utjecaju na razvoj djece. Stoga se često naziva "majkom roditeljskih stilova" zbog njezinog doprinosa razumijevanju ovog ključnog aspekta djetinjstva i obiteljske dinamike. Njezino istraživanje se fokusiralo na razumijevanje kako različiti roditeljski pristupi utječu na socijalnu prilagodbu djece. Ona je klasificirala roditeljske stilove prema dvjema dimenzijama: zahtjevnost i odazivnost. Na temelju tih dviju dimenzija, Baumrind je identificirala četiri osnovna roditeljska stila: autoritativni, autoritarni, permissivni i ravnodušni ili zanemarijući (Tokić, 2008).

### 4.1. Autoritativan roditeljski stil

Autoritativni odgojni stil se smatra jednim od najuspješnijih pristupa odgoju djece. Ovaj stil roditeljstva karakterizira kombinacija visokog prihvaćanja i uključenosti,

prilagođenih tehnika kontrole i primjereno davanje autonomije djetetu. Autoritativni roditelji su topli, pažljivi i osjetljivi na potrebe svog djeteta. Oni stvaraju emocionalno ispunjavajuće odnose s djetetom koji potiču blisku vezu i povjerenje. Dijete se osjeća voljeno, podržano i sigurno. Također, autoritativni roditelji provode čvrstu i razumnu kontrolu. Oni postavljaju jasna očekivanja i granice, ali pružaju razloge i objašnjenja za svoja očekivanja. Umjesto da koriste isključivo kazne ili naredbe, oni koriste "trenutke za učenje" kako bi pomogli djetetu u razvoju samoregulacije i samostalnosti. Oni nadziru aktivnosti i ponašanje djeteta kako bi se osigurali da je u sigurnom okruženju. Kombinacija topline, podrške i razumne kontrole u autoritativnom odgojnom stilu pomaže u poticanju pozitivnog razvoja djeteta. Djeca koja su odgojena na ovaj način obično pokazuju veću emocionalnu stabilnost, samopouzdanje, samoregulaciju i socijalnu kompetenciju. Autoritativni roditelji se bave postupnim i odgovarajućim davanjem autonomije djetetu, omogućavajući mu da donosi odluke u područjima u kojima je sposobno i spremno za to. Oni prepoznaju važnost razvoja samostalnosti i samopouzdanja kod djeteta. Komunikacija je također ključni element autoritativnog odgojnog stila. Roditelji potiču dijete da izrazi svoje misli, osjećaje i želje te slušaju i uzimaju u obzir njihove perspektive. Otvorena i podržavajuća komunikacija pomaže djetetu da razvije vještine izražavanja i samopouzdanje u komunikaciji. Tijekom djetinjstva i adolescencije, autoritativno roditeljstvo je povezano s mnogim aspektima djetetove kompetentnosti i pozitivnim razvojnim ishodima. Neka od tih povezanih aspekata uključuju optimistično raspoloženje, samokontrolu, ustrajnost u zadatku, suradljivost, visoko samopoštovanje, osjetljivost na roditeljska gledišta, socijalna i moralna zrelost i povoljni školski uspjeh. Autoritativni odgojni stil stvara ravnotežu između postavljanja granica i pružanja podrške, što pomaže djetetu da razvije samostalnost, samopouzdanje, emocionalnu inteligenciju i vještine donošenja odluka (Berk, 2015).

#### 4.2. Autoritarni roditeljski stil

Autoritarni odgojni stil karakterizira nisko prihvaćanje i uključenost roditelja, visoka prisilna kontrola i nisko davanje autonomije djetetu. Autoritarni roditelji često djeluju hladno i odbacujuće prema svom djetetu, te koriste strategije kao što su ruganje, kritiziranje i omalovažavanje. Oni često pribjegavaju vikanju, naređivanju, kritiziranju i prijetnjama kako bi postigli kontrolu. Autoritarni roditelji donose odluke za

svoje dijete i očekuju poslušnost bez rasprave. Oni vjeruju da dijete treba izvršiti njihove zahtjeve bez postavljanja pitanja ili izražavanja vlastitog mišljenja. Ako dijete ne posluša, autoritarni roditelji obično primjenjuju fizičku kaznu ili druge oblike prisile kako bi postigli poslušnost (Berk, 2015).

Psihološka kontrola je oblik kontrole koji je često prisutan u autoritarnom roditeljstvu. Ona uključuje roditeljsku nametljivost, izazivanje krivnje i povlačenje ljubavi kako bi se postigla poslušnost djeteta. Roditelji koji podliježu psihološkoj kontroli često postavljaju pretjerane zahtjeve i očekivanja te forsiraju svoje vrijednosti i ciljeve na dijete. Oni koriste manipulativne taktike kao što su izazivanje krivnje, prijetnje ili povlačenje ljubavi kako bi dijete poslušalo. Takav oblik kontrole može ostaviti negativne posljedice na razvoj djeteta. Dijete može osjećati pritisak, nesigurnost, osjećaj krivnje, nisko samopouzdanje i strah od odbacivanja (Spera, 2005).

Djeca koja su odgojena od strane autoritarnih roditelja često pokazuju znakove anksioznosti, nesretna su te imaju nisko samopoštovanje. Kada se suoče s frustracijom, mogu pokazati neprijateljsko ponašanje i koristiti nasilje kao sredstvo za postizanje onoga što žele, slično kao i njihovi roditelji. Kod dječaka se primjećuje pokazivanje visoke razine ljutnje i prkosa. Djevojčice također mogu pokazivati emocionalno nekontrolirano ponašanje, ali su često sklonije razvoju ovisnosti, imaju manje interesa za istraživanje i mogu se osjećati nesposobno suočiti se s izazovnim zadacima. Ipak navedeni opisi nisu univerzalni i mogu varirati ovisno o individualnim osobinama djeteta, kontekstu odgoja i drugim faktorima (Berk, 2015).

#### 4.3. Permisivni roditeljski stil

Permisivni odgojni stil karakterizira toplina i prihvaćanje, ali nedostatak uključenosti i adekvatne kontrole. Permisivni roditelji su ili pretjerano popustljivi, što znači da postavljaju vrlo malo granica i pravila za svoju djecu, ili su nepažljivi i neprisutni, što znači da im nedostaje aktivno sudjelovanje u odgoju djece. Umjesto da postepeno uvode autonomiju i donošenje odluka, permisivni roditelji dopuštaju djeci da samostalno donose odluke za koje možda nisu zreli. Primjerice, djeca tako mogu birati kada će jesti, kada će ići spavati ili koliko će vremena provoditi pred televizorom. Također, permisivni roditelji često ne postavljaju jasna pravila o lijepom ponašanju ili kućanskim zadacima, te ne očekuju od djece da ih slijede (Berk, 2015).

Djeca koja su odgajana permisivnim roditeljskim stilom često pokazuju određene negativne ponašajne obrasce kao što su impulzivnost, neposlušnost i buntovnost. Takvi su ponašajni obrasci često prisutni kod djece koja nisu dobila dovoljno granica i strukture u odgoju. Za razliku od djece čiji roditelji koriste više kontrole, djeca permisivnih roditelja mogu biti pretjerano teška i ovisna o odraslima. Budući da im nedostaje jasan okvir i očekivanja, ona se oslanjaju na roditelje kako bi im pružili smjernice i rješenja za svoje probleme. Također, ova djeca mogu pokazivati manju ustrajnost u zadacima te veće antisocijalno ponašanje. Posebno je istaknuto da je veza između permisivnog roditeljstva i ovisnog, buntovničkog ponašanja posebno snažna kod dječaka. To može biti rezultat nedostatka strukture, nedostatka očekivanja i snažnog upravljanja njihovim ponašanjem (Berk, 2015).

Iako neki roditelji istinski vjeruju u permisivni pristup odgoju, mnogi drugi primjenjuju ovaj stil zbog nedostatka samopouzdanja u svoju sposobnost utjecanja na ponašanje djeteta ili zbog nedostatka vremena i resursa za adekvatnu roditeljsku angažiranost. Ovaj nedostatak kontrole i jasnih granica može rezultirati nediscipliniranim ponašanjem djece, nedostatkom samokontrole, ovisnošću o vanjskim uputama te poteškoćama u postizanju uspjeha u školi i kasnijem životu.

#### 4.4. Zanemarujući roditeljski stil

Roditelji koji zastupaju ovaj odgojni stil nisu ni osjetljivi ni zahtjevni. Oni ne podupiru niti potiču djetetovu samoregulaciju, a također često propuštaju pratiti ili nadzirati djetetovo ponašanje. Za njih je, uz nekontrolirajući stil tipična i opća neuključenost (Aunola i sur., 2000).

Neuključeni odgojni stil karakterizira nisko prihvaćanje i uključenost, kao i nedostatak kontrole i opća indiferentnost prema pitanjima autonomije djeteta. Ovi roditelji često su emocionalno neuključeni i mogu patiti od depresije, što ih sprječava da se angažiraju i budu prisutni u odgoju djeteta. Razni problemi današnjice potkrijepljeni stresnim životnim situacijama roditelje mogu iscrpiti do te mjere da imaju malo vremena ili energije posvetiti se djetetu na adekvatan način. Neuključeni roditelji mogu odgovoriti na neposredne potrebe djeteta, poput pružanja materijalnih stvari, ali im nedostaje strategija za poticanje dugoročnih ciljeva i razvoja djeteta. Nisu usmjereni na postavljanje i provođenje pravila, slušanje djetetova mišljenja, usmjeravanje prema

odgovarajućim izborima ili praćenje djetetovih aktivnosti. Ovaj nedostatak angažmana i podrške može negativno utjecati na emocionalni razvoj djeteta, njihovu sposobnost samoregulacije, poticanje socijalno prihvatljivog ponašanja, a kasnije i postizanje akademskog uspjeha. U ekstremnom obliku, neključeno roditeljstvo može se razviti u oblik zlostavljanja djece poznat kao zanemarivanje. U takvim slučajevima, narušeni su gotovo svi aspekti djetetovog razvoja. Čak i kod manje izražene neključenosti roditelja, djeca mogu pokazivati mnoge probleme, kao što su poteškoće u emocionalnoj regulaciji i antisocijalno ponašanje (Berk, 2015).

## 5. UTJECAJ OBITELJSKIH ODNOSA NA EMOCIONALNI RAZVOJ DJECE

Obiteljsko okruženje ima ključnu ulogu u oblikovanju osjećaja i emocija djece. Važna je uloga obitelji u njegovanju pozitivnih emocija kod djece a stručnjaci naglašavaju kako je potrebno posebnu pozornost posvetiti upravo emocionalnom odgoju. Postoji niz čimbenika koji utječu na djetetovu psihu i oblikovanje emocija. Autorice Murtazoyevna i Jamilovna (2021) naglašavaju važnost roditeljskog fokusa na njegovanju pozitivnih emocija kod svoje djece. Za to je, naravno, potrebno imati kvalitetno okruženje. U obiteljskom okruženju i u procesu odgoja djeteta roditelji reagiraju na situacije različitim postupcima koji mogu ostvariti pozitivan ili negativan utisak na djetetov razvoj emocija (Murtazoyevna i Jamilovna, 2021).

### 5.1. Roditeljski postupci i ponašanja

Roditelji imaju izuzetno važnu ulogu u životu djeteta, posebno tijekom ranijih faza razvoja. Oni su prve osobe s kojima dijete dolazi u kontakt i s kojima uspostavlja socijalnu i emocionalnu povezanost. Odnos između roditelja i djeteta ima snažan utjecaj na djetetov emocionalni razvoj, samopouzdanje i socijalne vještine. Dijete svojim ponašanjem, potrebama i osobinama može aktivirati specifična ponašanja roditelja, dok roditelji svojim odgovorima na ta ponašanja oblikuju djetetov daljnji razvoj. Kao takvi roditelji imaju ulogu modela ponašanja za svoju djecu. Djeca promatraju i uče od svojih roditelja kako se ponašati, kako se nositi s emocijama i kako komunicirati s drugima. Roditelji prenose socijalne norme i vrijednosti kulture u kojoj žive te pružaju djetetu temeljna znanja i vještine potrebne za adekvatan razvoj (Kovačić i Penić-Jurković, 2022).

Djeca uče o izražavanju emocija, tumačenju tuđeg emocionalnog ponašanja i upravljanju vlastitim emocijama putem promatranja i modeliranja roditeljskog ponašanja. Također, nasljedne karakteristike emocionalnosti djeteta, poput temperamenta, mogu utjecati na način na koji roditelji reagiraju na dječje emocije. Na primjer, dijete s intenzivnim temperamentom može izazvati snažne emocionalne reakcije kod roditelja, a roditelji mogu biti skloniji pružiti podršku i pomoć u reguliranju tih emocija. S druge strane, dijete s mirnijim temperamentom može dobiti manje pažnje

i podrške u reguliranju svojih emocija jer roditelji mogu pretpostaviti da takvo dijete nema problema s emocionalnošću (Brajša-Žganec, 2003).

Roditelji imaju direktan i indirektan utjecaj na emocionalne reakcije i socijalnu kompetenciju djece. Neposredan ili direktan utjecaj roditelja odnosi se na njihovu interakciju s djetetom putem verbalne i neverbalne komunikacije. To može uključivati davanje uputa, podršku, utjehu ili poticanje djeteta da izrazi svoje emocije. Ovi neposredni roditeljski utjecaji mogu pomoći u razvijanju djetetove emocionalne regulacije, empatije, samosvijesti i socijalnih vještina. Indirektan se utjecaj roditelja odnosi na roditeljsko ponašanje kao model za dječje emocionalno ponašanje gdje djeca često promatraju i oponašaju roditelje, učeći kako se nositi s emocijama na temelju onoga što vide kod njih. Ako roditelji pokazuju empatiju, razumijevanje i toplinu prema drugima, to može potaknuti djetetovo razumijevanje i izražavanje empatije prema drugima. S druge strane, ako roditelji izražavaju negativne ili nasilne emocije prema drugima, to može negativno utjecati na djetetovu percepciju i izražavanje emocija prema drugima. Roditelji svojim ponašanjem i reakcijama igraju ključnu ulogu u učenju djece o izražavanju emocija, tumačenju tuđeg emocionalnog ponašanja te upravljanju vlastitim emocijama (Brajša-Žganec, 2003).

Kontekst i osnovno ozračje u kojem se odvijaju roditeljski postupci vrlo su važni za djetetovu percepciju i doživljaj tih postupaka. Roditeljsko prihvaćanje, ljubaznost i brižnost stvaraju pozitivno ozračje u kojem dijete doživljava roditeljske postupke kao prijateljske i brige, bez obzira na njihov objektivni izgled. U takvom ozračju, čak i kritika, upozorenje ili nezadovoljstvo roditelja mogu biti shvaćeni kao znak brižnosti i roditeljske brige za djetetov uspjeh. S druge strane, ako je opće ozračje neprijateljsko, hladno i grubo, isti roditeljski postupak može biti doživljen od strane djeteta kao zlostavljanje ili neprijateljstvo. Djeca su osjetljiva na emocionalnu atmosferu u kojoj se odvijaju interakcije s roditeljima, te će taj kontekst i osjećaj sigurnosti ili nesigurnosti uvelike utjecati na njihovu percepciju roditeljskih postupaka (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Također, neobraćanje pozornosti na djetetove osjećaje može dovesti do negativnog učinka. Roditelji koji ne razumiju djetetovo stanje svojim emocionalnim reakcijama ograničavaju djetetove sposobnosti, što kasnije u životu može imati negativne posljedice za dijete (Murtazoyevna i Jamilovna, 2021).

Važno je stvoriti sigurno i poticajno okruženje za dijete, gdje će se osjećati prihvaćeno i voljeno. Kroz toplinu, podršku i brižnost, roditelji mogu pridonijeti djetetovom razvoju samopoštovanja, emocionalne regulacije i socijalne kompetencije. U takvom okruženju, čak i konstruktivna kritika ili upozorenje mogu biti prihvaćeni s povjerenjem i razumijevanjem (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

## 5.2. Kvalitetan roditeljski pristup za emocionalni razvoj djeteta

Studije su pokazale da roditeljstvo, odgojni stil i odgojni postupci imaju značajan utjecaj na razvoj djeteta, no isto tako važno je uočiti da djeca također mogu utjecati na roditelje, svojim temperamentom i spremnošću da prihvate roditeljski utjecaj. S obzirom na to, mnoga istraživanja se bave pitanjem kako roditelji mogu povoljno djelovati na dijete, ali suvremeni pristup uključuje i kako roditelji mogu najbolje reagirati na djetetovu nespremnost da prihvati odgojne utjecaje (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Prve dvije godine života su ključne za zdrav društveno-emocionalni razvoj djeteta i razvoj kognitivno-motivacijske kompetencije. Da bi se postigli ti odgojni ciljevi, roditelji bi trebali uspostaviti privrženost, pružati pažnju, toplinu, poticaj i reaktivnost te se brinuti za dijete na način koji je neograničavajući. Također, naznačena je i važnost čestih interakcija emocionalnim dodirom, pogledom te nježnim i umirujućim glasom (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

U ovom razdoblju roditelji imaju veliku ulogu u pružanju podrške i stvaranju sigurne i poticajne okoline za dijete stoga je djetetu važno pružati sve oblike prihvaćanja, ljubavi i topline, dok je istovremeno potrebno izbjegavati ponašanja koja bi pokazivala hladnoću, agresiju ili indiferentnost. Ovi pozitivni oblici roditeljskog ponašanja pomažu u razvoju sigurne privrženosti između roditelja i djeteta. Pružanje emocionalne podrške i nježnosti, kao i razumijevanje djetetovih potreba, omogućuje djetetu da se osjeća sigurno i voljeno. Kroz takve interakcije dijete razvija povjerenje i sposobnost reguliranja vlastitih emocija (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Također je važno izbjegavati svaki oblik ponašanja koji bi mogao naštetiti emocionalnom razvoju djeteta. Hladnoća, agresija ili indiferentnost mogu narušiti osjećaj sigurnosti djeteta i negativno utjecati na njegov društveno-emocionalni razvoj (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).



Tijekom predškolskog razdoblja kvalitetan roditeljski pristup usmjeren je na razvijanje socijalnih vještina kao što su izražavanje prijateljstva, suradnja, snalažljivost u okolini i motivacija za postizanje rezultata. Da bi se navedeni rezultati mogli postići potreban je visok stupanj potpore i roditeljskog nadzora. U ovom razdoblju djeca uspostavljaju neovisnost i inicijativu, a roditelji mogu pružiti podršku putem mudrog nadzora i usklađivanjem djetetovih zahtjeva i mogućnosti. Postavljanje čvrstih i jasnih granica ponašanja pomaže djetetu u uspjehu u onome što poduzima. Važno je da se postavljanje granica i nadzor ostvaruju u uvjetima razumijevanja, ljubavi i brige, te da roditelji vjeruju u sve veću mogućnost djetetova razumijevanja govora. Tijekom ovog razdoblja, važno je pokazivati djetetu sve znakove prihvaćanja, ljubavi i topline, dok se istovremeno treba izbjegavati agresija, grubost i neprijateljstvo. Kritika, ironija, ruganje ili omalovažavanje mogu biti opasni jer dijete u ovom razdoblju gradi svoje samopouzdanje i osjećaj vlastite kompetencije. Potrebno je pažljivo pratiti znakove agresije, pretjerane ovisnosti, niskog samopouzdanja, nesigurnosti i tjeskobe kod djeteta, što može ukazivati na nedostatak prihvaćanja od strane roditelja. Važno je izbjegavati agresivno ponašanje i kritiku, te budno pratiti djetetove reakcije kako bi se osiguralo da se dijete osjeća prihvaćeno i podržano (Čudina-Obradović i Obradović 2006, prema Rohner, 2004).

Kvalitetan roditeljski pristup uključuje niz elemenata koji su važni za pozitivan razvoj djeteta. Kompetentan roditelj posjeduje nužna pedagoška i psihološka znanja o djeci te vještine potrebne za odgoj djece primjeren njihovoj dobi i sposobnostima. Takav roditelj uočava, razumije i pravodobno odgovara na djetetove potrebe na način koji je primjeren i podržavajući. Isto tako cijeni dječja prava i stavlja ih u središte svog odgojnog pristupa te se zauzima za dječje potrebe, interese i dobrobit te djeluje kao njihov zagovornik i branitelj. Nadalje, kompetentan roditelj ima jasno definirane humane vrijednosti koje zastupa i poštuje usklađujući svoje ponašanje je s tim vrijednostima, a istovremeno se ističe autentičnošću i dosljednošću u djelovanju. Važno je spomenuti i da kvalitetan roditeljski pristup uključuje stalno učenje na način da se roditelj neprestano razvija u svojoj roditeljskoj ulozi tako da prati istraživanja, educira se, razmjenjuje iskustva s drugim roditeljima i prilagođava svoj pristup kako bi pružio najbolju podršku djetetu. Kompetentan roditelj preuzima odgovornost za svoje postupke i odluke te surađuje s drugima, uključujući partnera, odgojne stručnjake i druge roditelje, kako bi osigurao najbolji mogući razvojni okvir za dijete. Roditelj koji

uživa u roditeljskoj ulozi i iskazuje entuzijazam u odgoju djeteta iskazujući samoinicijativu, motivaciju i angažman u pružanju podrške djetetu, ima samopouzdanje u svoje roditeljske sposobnosti, vjeruje u sebe i svoje mogućnosti te djetetovo povjerenje temelji na svojoj sigurnosti ostvarit će poticajno ozračje i okruženje u kojem će se dijete optimalno razvijati (Ljubetić, 2012).

### 5.3. Negativan roditeljski pristup za emocionalni razvoj djeteta

Kako bi se dijete razvilo u emocionalno zdravu osobu potrebno je zadovoljiti određene minimalne uvjete a to su: uspostavljanje sigurne, tople i vedre emocionalne veze sa skrbnikom posebno u prvoj godini života. Također dijete treba imati priliku učiti primjereno izražavati svoje emocije. To uključuje razumijevanje i prihvaćanje vlastitih emocija te sposobnost izražavanja emocija na način koji je prikladan i u skladu s društvenim normama. Potrebna je i prilika za stjecanjem emocionalnog znanja što uključuje prepoznavanje, razumijevanje i imenovanje vlastitih i tuđih emocija, a pomaže u razvijanju emocionalne inteligencije i sposobnosti nositi se s emocijama na konstruktivan način. Važne su i prilike za učenje razlikovanja između doživljaja emocije i radnje koja je posljedica emocije, kao i prilike za učenje uživljavanja u tuđe emocije, reagiranja prosocijalnim ponašanjem i uspostavljanje unutarnjih moralnih normi (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Teško je postići savršenstvo u ispunjavanju svih navedenih uvjeta tijekom cijelog razdoblja djetetova odrastanja. Svaka obitelj suočava se s izazovima i krizama koje mogu utjecati na emocionalnu podršku i kvalitetu veza unutar obitelji stoga je važno imati realna očekivanja i shvatiti da se niti jedna obitelj ne može uvijek pridržavati svih ovih uvjeta u svakoj situaciji. Autori Čudina-Obradović i Obradović (2006) ističu da postoje određene obiteljske okolnosti koje mogu otežati uspostavu poticajnog obiteljskog okruženja za zdrav socijalno-emocionalni razvoj djece kao što su prelijevanje svakodnevnih bračnih napetosti na odnose s djecom, tjelesno kažnjavanje djece, djetetova nazočnost roditeljskim svađama i međusobnom nasilju, krizne obiteljske situacije te nekvalitetno roditeljstvo za djecu negativne emocionalnosti.

Kada roditelji imaju puno neraščišćenih sukoba, to može dovesti do prelijevanja tih napetosti na interakcije s djecom. Međusobni konflikti mogu rezultirati povećanim negativnim emocionalnim interakcijama s djecom. Ovi negativni obrasci mogu se

međusobno pojačavati, stvarajući začarani krug negativnih odnosa. Važno je napomenuti da postoji razlika u tome kako majke i očevi mogu reagirati na te sukobe i kako mogu prenijeti negativnost na odnos s djecom. Majke češće izvještavaju o sukobima s djecom, dok očevi češće prelijevaju napetost i nezadovoljstvo na odnos s djecom te češće prenose negativne odnose s djecom na odnos sa ženom (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Tjelesno kažnjavanje djece također je jedan od negativnih učinaka te se odnosi na nanošenje ozljeda djetetu putem fizičkog nasilja ili agresije. Ono obuhvaća aktivnosti koje su namjerne i koje mogu rezultirati ozbiljnim posljedicama za dijete. Uključuje ne samo osobe koje fizički zlostavljaju dijete, već i one koje nisu spriječile takvo zlostavljanje, a bile su odgovorne za zaštitu djeteta (Velki i Bošnjak, 2012). Provedbom istraživanja o utjecaju zlostavljačkog kažnjavanja ukazuje na negativne dugoročne posljedice tjelesnog kažnjavanja djeteta. Prema tim rezultatima, tjelesno kažnjavanje može dovesti do privremene poslušnosti kod djeteta, ali dugoročno može imati štetne učinke na njegov razvoj i dobrobiti. Neki od dugoročnih negativnih posljedica tjelesnog kažnjavanja koje su identificirane u analizi uključuju: povećanu agresivnost djeteta, asocijalno ponašanje i delinkvenciju, nižu razina moralnog razvoja, smanjenu kvaliteta odnosa između roditelja i djeteta te posljedice za budućnost kao što je povećana vjerojatnost kriminalnog i asocijalnog ponašanja i slabije psihičko zdravlje (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Svjedočenje roditeljskim svađama i sukobima ne mora nužno negativno utjecati na socijalno-emocionalni razvoj djece ako su ti sukobi konstruktivni, razrješavaju se na pozitivan način i rezultiraju jasnim zaključkom. U takvim situacijama, djeca mogu naučiti važne vještine rješavanja sukoba i primjereno izražavanje emocija. Međutim, destruktivni oblici roditeljskih sukoba, koji se karakteriziraju izrazitim neprijateljstvom, mogu imati negativne posljedice na socijalno-emocionalni razvoj djeteta. Takvi sukobi mogu smanjiti sposobnost roditelja za zajednički odgoj djeteta i stvoriti nepovoljno i stresno ozračje u obitelji što može imati dugoročne negativne posljedice na njihov emocionalni razvoj (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Krizne obiteljske situacije poput razvoda roditelja, smrti člana obitelji, bolesti, nasilja u obitelji, zlostavljanja djeteta, bolesti ovisnosti u obitelji, uključivanja djeteta s posebnim potrebama, naglih promjena ekonomske moći obitelji, promjene mjesta stanovanja, vrtića i škole, odvajanja od roditelja ili promjene skrbnika, mogu značajno

utjecati na socijalno-emocionalni razvoj djeteta. Takve situacije često donose stresne promjene i nesigurnost u obiteljskom okruženju, što može uzrokovati različite reakcije kod djece. Djeca mogu doživjeti emocionalnu nestabilnost, tjeskobu, strah, žaljenje, zbunjenost ili gubitak samopouzdanja. Takve situacije mogu poremetiti njihove rutine, socijalne veze i osjećaj sigurnosti (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Dokazano je da nepovoljni roditeljski postupci, poput neprijateljskog ponašanja i psihološke kontrole, mogu imati negativan utjecaj na socijalno-emocionalni razvoj djeteta, posebno ako dijete već ima temperament karakteriziran negativnom emocionalnošću. Djeca s negativnom emocionalnošću su osjetljivija na stres i imaju veću sklonost emocionalnim reakcijama kao što su tjeskoba, strah i frustracija. Neprijateljsko ponašanje, koje uključuje verbalnu ili tjelesnu agresiju prema djetetu, može izazvati osjećaj straha, niskog samopoštovanja i smanjiti osjećaj sigurnosti kod djeteta. Psihološka kontrola, s druge strane, uključuje manipuliranje djetetovim ponašanjem putem kritike, manipuliranja ljubavi, izazivanja osjećaja krivnje, ograničavanja komunikacije i umanjivanja djetetovih osjećaja. Ovo može dovesti do emocionalne manipulacije, narušavanja djetetove autonomije i smanjenja povjerenja u sebe. Kada se neprijateljsko ponašanje i psihološka kontrola javljaju u roditeljskom ponašanju, posebno kod djece s negativnom emocionalnošću, to može imati ozbiljne posljedice na njihov socijalno-emocionalni razvoj. Djeca mogu razviti nisko samopoštovanje, poteškoće u emocionalnom reguliranju, povećanu agresivnost, anksioznost, depresiju i probleme u socijalnim odnosima. Ovi nepovoljni roditeljski postupci mogu ostaviti dugoročne posljedice na djetetovu dobrobit i funkcioniranje u kasnijem životu (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Važno je da se prepoznaju takvi oblici negativnog roditeljstva i da se pruži podrška djetetu i obitelji. Stručna pomoć, poput savjetovanja ili terapije, može biti korisna u promicanju zdravijih roditeljskih stilova i pružanju alata za bolje upravljanje emocionalnim izazovima. Također, važno je educirati roditelje o zdravim strategijama roditeljstva kako bi se smanjio rizik od negativnih utjecaja na socijalno-emocionalni razvoj djece.

## 6. OBITELJSKA TERAPIJA

Obiteljska terapija je oblik psihoterapije koji se fokusira na promicanje zdravlja, razumijevanje i promjenu disfunkcionalnih obrazaca ponašanja unutar obitelji. Govoreći o kvaliteti obiteljskih odnosa, Juul (2008) naglašava važnost ravnopravnog dostojanstva unutar obitelji kao temeljne potrebe svakog čovjeka da ga se vidi, čuje i shvati ozbiljno. Ravnopravno dostojanstvo dnosi se na ideju da svaka osoba ima jednaku vrijednost i zaslužuje jednako poštovanje svog osobnog dostojanstva i integriteta. To nije isto što i apsolutna jednakost, što znači da su sve osobe doslovno identične u svakom pogledu, već se odnosi na jednak tretman i poštovanje članova obitelji bez obzira na njihove razlike (Juul, 2008). „Ravnopravno dostojanstvo izražava se prvenstveno jezikom, a dijalog koji se temelji na ravnopravnom dostojanstvu postaje razgovor u kojem obje strane izražavaju sebe, svoje misli, vrijednosti, osjećaje, snove i ciljeve, a ne povod za teoretiziranje i razglabanje o drugom“ (Juul, 2008: 26). Koncept ravnopravnog dostojanstva često se koristi u kontekstu ljudskih prava i jednakih prava za sve. On naglašava da, bez obzira na razlike u rasama, spolu, vjeri, seksualnoj orijentaciji, ili bilo kojim drugim faktorima, svi ljudi imaju pravo na isto poštovanje i tretman. Koncept ravnopravnog dostojanstva u obiteljskoj terapiji odnosi se na važan aspekt terapijske prakse u kojem terapeut promiče i održava ravnotežu moći, poštovanje i jednakost među članovima obitelji koji sudjeluju u terapiji. Ovaj koncept pomaže stvaranju sigurnog okruženja u terapijskoj sesiji te olakšava otvorenu komunikaciju i suradnju među članovima obitelji.

Ovaj terapijski pristup pretpostavlja da su problemi jednog člana obitelji nerijetko povezani s problemima drugih članova te da je promjena u dinamici obitelji ključna za postizanje boljeg mentalnog i emocionalnog blagostanja svakog pojedinca. Obiteljska terapija obuhvaća istovremeni rad s cijelom obitelji. U obiteljskoj terapiji je ključno usmjeriti rad na obitelj kao cjelinu, na dinamiku obiteljskih odnosa i način na koji se članovi međusobno povezuju i međusobno utječu (Štalekar, 2010).

Obiteljska terapija se temelji na ideji da obitelj funkcionira kao sistem u kojem su svi članovi međusobno povezani. Kada se pojavi problem u jednom članu obitelji, to može utjecati na ostale članove i dinamiku cijele obitelji. Obiteljski terapeut pomaže obitelji identificirati disfunkcionalne obrasce komunikacije, interakcije i ponašanja te ih u suradnji s obitelji mijenjati. Terapeut koristi različite tehnike i pristupe kako bi

pomogao obitelji u procesu promjene. To može uključivati otvorenu komunikaciju, razumijevanje različitih perspektiva, razrješavanje konflikata, postavljanje ciljeva i usmjeravanje na rješenja. Obiteljska terapija često uključuje sve ili veći dio obitelji kako bi se bolje razumjelo njihovo međusobno djelovanje i kako bi se stvorio prostor za izražavanje i promjenu. Cilj je stvoriti svijet koji svatko može zvati domom - mjesto gdje će svatko imati svoj glas, gdje nam naš tekući osjećaj grupnih identiteta daje više osjećaj granica koje uključuju nego podjela koje isključuju (McGoldrick, 1998).

Primjena obiteljske terapije vidljiva je u različitim situacijama, kao što su bračni konflikti, problemi u odgoju djece, razdvajanje i razvod, bolest ili smrt u obitelji, ovisnosti, problemi u adolescenciji i sl. Cilj terapije je poboljšati međusobne odnose, poboljšati komunikaciju, smanjiti konflikte te pomoći obitelji da razvije zdravije i funkcionalnije obrasce ponašanja. Važno je napomenuti da obiteljska terapija može biti korisna iako nije nužno prisutan ozbiljan problem ili disfunkcija. Ona također može služiti kao alat za jačanje veza unutar obitelji i prevenciju budućih problema. U svakom slučaju, obiteljska terapija je prilagođena potrebama i ciljevima svake pojedine obitelji, te se obično temelji na suradnji terapeuta i obitelji kako bi se postigao pozitivan ishod i unaprijedio cjelokupni dobrobit obitelji.

## 7. POTICANJE RAZVOJA KVALITETNIH ODNOSA DJETETA I RODITELJA

Poticanje razvoja kvalitetnih odnosa između djeteta i roditelja izuzetno je važno za djetetov emocionalni i socijalni razvoj. Pozitivni obiteljski odnosi ključni su za stvaranje poticajnog obiteljskog okruženja koje pridonosi cjelovitom razvoju i odgoju djeteta. Kada obitelj njeguje tople i bliske odnose, dijete se osjeća voljeno, podržano i sigurno, što je temelj za njegov emocionalni, socijalni i intelektualni razvoj. Kontinuirana i topla interakcija među članovima obitelji pruža priliku za izgradnju snažnih veza i razumijevanje među njima. Kroz svakodnevne razgovore, dijeljenje iskustava, zajedničke aktivnosti i podršku u ostvarivanju ciljeva, obitelj gradi osjećaj pripadnosti i zajedništva. Dijete koje se osjeća povezano s obitelji razvija osjećaj identiteta i razumijevanja svoje uloge unutar obitelji. Osim toga, obiteljska fleksibilnost i demokratičnost igraju važnu ulogu u dobrom obiteljskom funkcioniranju (Nenadić Bilan, 2014).

Poticanje razvoja kvalitetnog odnosa između djeteta i roditelja ključno je za emocionalni i socijalni razvoj djeteta. Najvažnija stvar u razvoju kvalitetnog odnosa između djeteta i roditelja je dosljednost i kontinuirani rad. U nastavku se navode primjeri na koji se način može razvijati kvalitetan odnos između djeteta i roditelja kao i poticati pravilan emocionalni razvoj djeteta.

### 7.1. Doprinos igre u razvoju obiteljskih odnosa

Igra ima mnogostruko značenje za djecu. Kroz igru, djeca ne samo da se zabavljaju, već i uče i razvijaju različite aspekte svog emocionalnog, socijalnog i moralnog razvoja. Djeca kroz igru i igrovnim aktivnostima simuliraju stvarnost i na taj način istražuju i razumiju svijet oko sebe. Igra im omogućuje da se bave situacijama i ulogama koje imaju značaj u njihovom stvarnom životu, ali na siguran i bezazlen način (Mahmutović, 2013).

Osim što je igra od središnje važnosti za djetetov intelektualni, socijalni, emocionalni, fizički i lingvistički razvoj ona predstavlja ključni dio procesa učenja i obrazovanja. Stoga emotivno gledište i motivacija za igru pružaju djeci priliku da na prirodan način izraze i obrađuju svoje snažne emocije kao što su ljubav, tuga,

ljubomora, strah, ljutnje, tjeskoba, izdaja, odbijenost ili nepravda (Jurčević-Lozančić, 2011).

Razvoj kvalitetnih obiteljskih odnosa između djeteta i roditelja kroz igru može biti izuzetno važan za emocionalnu povezanost, komunikaciju i poticanje razvoja djeteta. Igra pruža priliku za zajedničko vrijeme provedeno u aktivnostima koje su zabavne, ugodne i poučne. Kao takva igra omogućuje stvaranje posebnih trenutaka koji jačaju vezu između djeteta i roditelja. To može biti igračka, igra na otvorenom, zajedničko čitanje ili izrada umjetničkih djela. Također igra potiče komunikaciju između djeteta i roditelja što omogućuje djetetu izražavanje svojih misli i osjećaja, a roditelji mogu postavljati pitanja, slušati i poticati dijete da izrazi svoje ideje i osjećaje. Igra pruža priliku za timski rad između djeteta i roditelja te dijete tako uči surađivati, dijeliti, pregovarati i rješavati probleme, a roditelji mogu biti modeli ponašanja i poticati pozitivne vrijednosti, kao što su poštovanje i empatija. S obzirom na to da je igra izuzetno bliska djeci i predstavlja prirodan način za poticanje razvoja emocionalne inteligencije, ali i razvoja kvalitetnih međuljudskih odnosa, igrajući se, djeca mogu istraživati, izražavati i obrađivati svoje emocije na siguran i kreativan način što im pruža prostor i slobodu da se igraju s emocijama, istražuju njihovu prirodu i uče kako ih regulirati. Postoji niz igara koje roditelji mogu koristiti kako bi potaknuli emocionalni razvoj djece i doprinijeli razvoju obiteljskih odnosa.

Igra "Osjećajne lutke" u kojoj odrasla osoba korištenjem lutaka ili plišanih igračaka djeci može predstaviti različite emocije poput sreće, tuge, ljutnje i straha. Uz lutku djeci je moguće približiti određenu emociju koja se formira uslijed određenog događaja, no važno je da izabrani događaj bude primjeren djetetovoj dobi. Primjerice ljutnju i tugu moguće je pokazati kao rezultat svađe dvaju prijatelja. Djeca mogu imitirati izraze lica i tijela lutaka kako bi prepoznala i razumjela te emocije, a kako bi još bolje razumjeli određenu emociju djecu se može potaknuti da se izraze kako bi se osjećali u određenim situacijama i razgovarati o tome.

Simbolička igra prisutna je u životu svakog djeteta, a definira se kao vrsta igre u kojoj dijete koristi razne simbole kao zamjene za realne predmete te koristi igrane aktivnosti koje zamjenjuju određene realne aktivnosti. Simbolička igra naziva se još i imaginativna, igra mašte, igra uloga, igra dramatizacije i slično (Šagud, 2002). Ova vrsta igre djecu potiče da igraju uloge i preuzimaju različite likove kako bi istražili emocije. Na primjer, djeca mogu biti primjerice sretna princeza ili tužan princ što će



doprinijeti identifikaciji s različitim emocijama, ali i razumijevanju osjećaja koje odabrani lik formira u određenom trenutku.

Igra prepoznavanja emocija potaknut će razvoj emocija na izrezane ili nacrtane različite emocije poput sreće, tuge, ljutnje, straha dijete može prepoznati o kojoj je emociji riječ. Dijete je moguće potaknuti da imenuje određenu emociju koja je prikazana na slici te da ispriča priču što bi moglo izazvati tu emociju.

Formiranje emocionalnog kutka u vrtićkoj skupini ili djetetovom domu može biti vrlo korisno za poticanje izražavanja emocija i podržavanje emocionalnog razvoja djece. Ovaj kutak posvećen izražavanju emocija moguće je opremiti raznim materijalima poput bojica, papira, časopisa i ljepila kojima će dijete biti potaknuto svoje emocije kroz crtanje, modeliranje i kolažom, takav a prostor može poslužiti kao sigurno mjesto za dijete da se izrazi i obrađuje svoje emocije.

Osim prethodno navedenih uobičajenih igara za poticanje emocionalnog razvoja izdvojila bi i neke od igara za poticanje kvalitetnog odnosa između roditelja i djeteta, a koje svakako mogu doprinijeti i emocionalnom razvoju djeteta. Postoji mnogo inovativnih igara koje mogu potaknuti kvalitetne obiteljske odnose između djeteta i roditelja. U nastavku su opisane vlastite ideje za igre i aktivnosti koje stvaraju zabavnu atmosferu, omogućavaju zajedničko učenje, timski rad i jačanje emocionalne povezanosti između djeteta i roditelja.

Obiteljski kviz - društvena je igra u kojoj mogu sudjelovati svi članovi obitelji, a pitanja mogu pokrivati različite teme sukladno o dobi i interesima djece pa će se tako pitanja u svakoj obitelji razlikovati. Roditelji djeci mogu postaviti pitanja poput: „Koja životinja ima dugi vrat i obično živi u Africi?“ Ili „Koje voćke zriju ljeti i rado ih volimo jesti“, a poticajno bi bilo djetetu ponuditi i zagonetku: „Malen sam i veseo, a moja odjeća je šarena. U vazi stojim, s osmijehom blistavim, tko sam ja, maleni i šareni...?“. Ova igra osim što potiče jačanje obiteljskih odnosa također je i sjajan načina za dijeljenje znanja, poticanje znatiželje i potvrđivanje postignuća djeteta.

Kuharske avanture - Mnoga djeca vole sudjelovati u aktivnostima za odrasle, poput kuhanja, jer to osjećaju kao priliku za učenje i osjećaj samostalnosti. Upravo to roditelji mogu iskoristiti kao jednu od prekretnica za poticanje razvoja međusobnih odnosa i organizirati aktivnost pod nazivom: „Kuharske avanture“. Kroz međusobnu suradnju pripreme obroka svi članova obitelji razvijat će međusobno povjerenje,

izmjenjivati ideje i dijeliti iskustva, a najmlađi će naučiti važnost dijeljenja i suradnje te na posljepku uživati u zajedničkom obroku kao plodu svoga rada.

Kreativne igre i umjetnost - Poticanju kvalitetnih obiteljskih odnosa mogu doprinijeti igre koje uključuju umjetnost i kreativnost. Roditelji mogu potaknuti kreativnost u obitelji igrama koje potiču umjetnost i stvaralaštvo pa tako zajedno s djetetom mogu crtati, slikati, izrađivati skulpture, sudjelovati u projektima izrade kućnih ukrasa ili pak organizirati izvedbu malih predstava. Djeca tako mogu osmisliti priču koju žele ispričati u predstavi i istu uz pomoć odraslih napisati i oslikati te ju pretvoriti i slikovnicu. Ovakve igre ne samo da razvijaju djetetovu maštu i motoričke vještine već i pružaju priliku za zajedničko izražavanje osjećaja i dijeljenje kreativnih ideja te stvaraju pozitivno okruženje

Igra razmjene vještina - Roditelji također djetetu mogu ponuditi i igru razmjene vještine u kojoj svaki član obitelji može podijeliti svoje vještine s drugima. Tako roditelji mogu osmisliti i organizirati radionice kod kuće na teme koje zanimaju svakog člana obitelji. To može uključivati umjetničke projekte, kuhanje novih jela, izradu rukotvorina ili bilo koju drugu aktivnost koja će potaknuti kreativnost i zajedničko učenje. Sukladno interesima djece može se odabrati tema igre, primjerice to mogu biti plesovi. Tada svaki član obitelji uz glazbenu pratnju predstavlja određeni plesni pokret. Zajedničkom suradnjom obitelj može osmisliti koreografiju za omiljenu glazbenu sekvencu.

Obiteljska avantura - Za djecu izuzetno zanimljivo može biti osmišljavanje neke zajedničke avanture u kojoj će svaki član obitelji predložiti dio priče ili zadatka. To može biti izmišljanje pustolovine, rješavanje zagonetki ili potraga za blagom po kući ili vrtu. Igra potrage za blagom započinje obiteljskim okupljanjem u zajedničkom prostoru, a to može biti dnevna soba ili dvorište. Svaki član obitelji ima svoju ulogu i zadatak kako bi zajedno riješili zagonetke i tragali za izgubljenim blagom. Prije početka igre, roditelji skrivaju "blago" (to može biti neka sitnica, slatkiši, mali poklončići itd.) na nekoliko mjesta po kući ili vrtu, a svaki od izabranih predmeta treba biti povezano s određenom zagonetkom. Također, roditelji su zaduženi prije igre osmisliti zagonetke te ih zapisati na papir. One bi trebale biti različite razine težine, prilagođene uzrastu djece, primjerice: „Tamo gdje se čita bajka i pustolovina, pronađi svoju sljedeću stanicu.“ Kada igrači pronađu „blago“ na polici s knjigama, unutra može biti nova zagonetka: „Na suncu sjajim, koristim se svaki dan, potraži me gdje ljudi sjede i jedu.“ Ova igra će potaknuti kreativnost, suradnju i razvijati komunikacijske vještine unutar obitelji. Svatko

će se osjećati važnim jer će doprinijeti priči i biti aktivni sudionik avanture. To će stvoriti posebne uspomene i ojačati obiteljske odnose.

Sve navedene igre i aktivnosti imaju zajednički cilj, a to je stvaranje pozitivnog okruženja koje potiče kreativnost, komunikaciju i tako oblikuje radosno ozračje u obitelji. Važno je prilagoditi igre djetetovoj dobi i interesima i omogućiti uključivanje svih članova obitelji u određene aktivnosti. Osim toga, redovito komuniciranje, podrška i posvećenost unutar obitelji ključni su za razvoj kvalitetnih obiteljskih odnosa, a doprinose i emocionalnom razvoju djece.

## 7.2. Doprinis čitanja slikovnica u razvoju obiteljskih odnosa

Čitanje slikovnica zajedno kao obitelj može imati značajan doprinos u razvoju obiteljskih odnosa na različite načine. Slikovnice često sadrže priče koje se fokusiraju na različite emocije i situacije s kojima se djeca mogu susresti što može uvelike pomoći u razvoju emocija kod djece na način da bolje razumiju vlastite emocije, kao i emocije drugih ljudi (Kümmerling-Meibauer, Meibauer, 2015).

Slikovnice imaju značajnu spoznajnu ulogu u razvoju djece i nude niz pozitivnih učinaka. Kvalitetna slikovnica pomaže djeci bolje razumjeti sebe kroz prikazane likove koji se suočavaju s raznim situacijama i emocijama. Djeca kroz te priče mogu bolje razumjeti vlastite osjećaje, strahove i želje. Identifikacija s likovima u slikovnicama može pomoći djeci da steknu uvid u vlastiti identitet te dovesti do spoznaje prikladnog izražavanja emocija. Nadalje, slikovnice pomažu djeci da istražuju svijet. Kroz priče i ilustracije, djeca mogu saznati više o svijetu oko sebe i proširiti svoje znanje o različitim područjima. Jedna od vodećih vrijednosti slikovnice koja utječe na emocionalni razvoj djece odnosi se na opisivanje i približavanje mogućih situacija u obitelji, vrtiću i zajednici. Takve prikazane situacije s kojima se djeca svakodnevno susresti pružaju djetetu mogućnost da prepozna i razumije takve situacije te razvije strategije za suočavanje s njima (Šišnović, 2011).

Trace Moroney 2006. godine izdaje posebno osmišljenu seriju slikovnica pod nazivom: „Osjećaji“ koja se sastoji od 10 slikovnica. Ova serija slikovnica "Osjećaji" istražuje različite slojeve emocija s kojima se djeca mogu suočiti u procesu iskustva ili događaja. To pomaže djeci da shvate da emocije mogu biti kompleksne i da postoji širok raspon osjećaja koje mogu doživjeti. Također, ove slikovnice nude dobro

istražene tehnike koje pomažu djeci da razviju vještine suočavanja s emocijama i izgrade emocionalnu otpornost kroz koje će naučiti kako prepoznati i izražavati svoje emocije na zdrav način te kako se nositi s teškim situacijama poput tuge ili tjeskobe. Također naglašava se važnost samoregulacije emocija gdje djeca mogu spoznati kako prepoznati i kontrolirati svoje emocije, što će im pomoći da se bolje nositi s izazovnim situacijama. Slikovnice također ističu važnost samopoštovanja i empatije. Djeca će naučiti kako cijeliti sebe i razumjeti svoje vrijednosti, ali i kako razumjeti i suosjećati s tuđim emocijama što će im pomoći da razviju zdrave međuljudske odnose i postanu empatični i suosjećajni pojedinci.

Čitanje slikovnica ima iznimno pozitivan doprinos za razvoj kvalitetnih obiteljskih odnosa između djeteta i roditelja. Prvo i najvažnije, zajedničko čitanje slikovnica predstavlja vrijeme posvećeno interakciji i povezivanju između djeteta i roditelja. To je prilika za zajednički fokus na priči, likovima i dijeljenju iskustva, a redovito čitanje stvara rutinu koja jača vezu između djeteta i roditelja. Slikovnice često obrađuju teme s kojima se djeca mogu povezati, kao što su osjećaji, obiteljske vrijednosti i izazovi s kojima se suočavaju. Otvoren razgovor o ovim temama nakon čitanja može pomoći u razumijevanju emocija i stvaranju osjećaja sigurnosti i podrške u obitelji. Nadalje, poznato je da likovi u slikovnicama često pokazuju pozitivne obrasce ponašanja i vrijednosti što roditelji mogu iskoristiti kao primjer za prenošenje važnih životnih lekcija i vrijednosti. Na taj način, čitanje slikovnica može poticati odgovorno ponašanje i poštovanje unutar obitelji. Zajedničko čitanje slikovnica potiče komunikaciju između djeteta i roditelja što doprinosi izražavanju djetetova mišljenja i dijeljenju osjećaja, a roditelj kao aktivni slušatelj mora pokazati interes za djetetovo sudjelovanje u razgovoru. Važno je spomenuti da slikovnice često prikazuju likove koji se suočavaju s izazovima i rješavaju razne probleme. Kroz takve priče, djeca mogu naučiti kako se nositi s teškoćama i razvijati vještine rješavanja problema, a roditelji mogu koristiti ove situacije kako bi pružili podršku djetetu u stvarnom životu kada se suoče sa sličnim situacijama.

Uz prethodno navedene prednosti, važno je napomenuti da je važno da roditelji prilagode čitanje slikovnica razvojnoj razini svog djeteta kako bi ih što bolje angažirali. Redovito čitanje slikovnica i aktivno sudjelovanje u tim trenucima mogu biti snažan alat za izgradnju dubokih i kvalitetnih obiteljskih odnosa.

## ZAKLJUČAK

Utjecaj obiteljskih odnosa na emocionalni razvoj djeteta ima veliku važnost. Obitelj je prva i najvažnija socijalna skupina s kojom dijete ima kontakt, a kvaliteta tih odnosa može oblikovati djetetov emocionalni svijet i njegovu sposobnost razumijevanja i izražavanja emocija. Kroz obiteljske odnose, dijete uči o međuljudskim interakcijama, empatiji, komunikaciji i rješavanju konflikata. Odnosi unutar obitelji temeljeni na ljubavi, podršci, povjerenju i pažnji doprinose razvoju osjećaja sigurnosti ljubaznosti i emocionalne povezanosti s drugim osobama iz djetetove okoline.

Ako su obiteljski odnosi topli, ljubazni i podržavajući, dijete će razviti pozitivan emocionalni temelj. Bit će mu lakše izražavati i regulirati emocije, osjećat će se prihvaćeno i voljeno te će razviti zdrave međuljudske odnose. Obiteljska podrška može pomoći djetetu da se nosi s teškim situacijama, razvije samopouzdanje i stekne vještine suočavanja s izazovima. S druge strane, disfunkcionalni obiteljski odnosi, kao što su zlostavljanje, zanemarivanje, sukobi ili nedostatak emocionalne podrške, mogu negativno utjecati na emocionalni razvoj djeteta. Takvi odnosi mogu izazvati osjećaj nesigurnosti, tjeskobe, stida ili depresije kod djeteta. Dijete može razviti poteškoće u izražavanju emocija, formiranju bliskih odnosa i regulaciji vlastitih emocija.

Važno je napomenuti da obiteljski odnosi nisu jedini faktor koji utječe na emocionalni razvoj djeteta, ali su izuzetno važni jer pružaju temelj za daljnje emocionalno sazrijevanje. Obiteljski odnosi mogu oblikovati djetetovu sliku o sebi, njegovu percepciju svijeta i druge ljude te utjecati na njegovu emocionalnu dobrobit i ponašanje u kasnijem životu.

Obiteljski odnosi imaju veliku važnost za emocionalni razvoj djeteta. Roditelji i članovi obitelji imaju ključnu ulogu u pružanju sigurnosti, ljubavi i emocionalne podrške koja je potrebna za razvoj zdravih emocionalnih vještina i odnosa kod djece. Osim toga, djetetov prvi kontakt s vanjskim svijetom i najraniji emocionalni obrasci često se formiraju upravo unutar obiteljskog okruženja. Obiteljski odnosi pružaju osnovu za razvoj samopoštovanja, sigurnosti, empatije i socijalnih vještina kod djeteta. Važno je napomenuti da se obiteljski odnosi mogu mijenjati kroz vrijeme zbog različitih okolnosti kao što su promjene u životnim uvjetima, dob djeteta ili razvoj obitelji. Iako nijedna obitelj nije idealna i svaka se suočava s različitim izazovima, nedostacima i

poteškoćama, važno je da članovi obitelji rade zajedno na održavanju zdravih odnosa, otvorenoj komunikaciji i podršci. Ponekad se upravo kroz suočavanje s teškoćama obitelj može još više povezati i rasti kao cjelina. Upravo tada obitelj može postati sigurno okruženje u kojem se članovi osjećaju voljenima i prihvaćenima, bez obzira na njezine nedostatke. Aktivnim radom nad izazovima koji se javljaju obitelj uz podršku i ljubav ostvaruje dubok i pozitivan utjecaj na emocionalni i cjelokupni razvoj djeteta.

## LITERATURA

1. Aračić, P. i Nikodem, K. (2000). Važnost braka i obitelji u hrvatskom društvu. *Bogoslovska smotra*, 70(2), 291-311.
2. Aunola, K., Stattin, H. i Nurmi, J. E. (2000). Parenting styles and adolescents' achievement strategies. *Journal of adolescence*, 23(2), 205-222.
3. Berk L. (2015). *Dječja razvojna psihologija*. Zagreb: Naklada Slap
4. Božiković, T., Reić Ercegovac, I., & Kalebić Jakupčević, K. (2020). Doprinos temperamenta i roditeljskog ponašanja razvojnim ishodima djece predškolske dobi. *Školski vjesnik: časopis za pedagogijsku teoriju i praksu*, 69(2), 397-417.
5. Brajša P., Brajša-Žganec A. ; Slunjski E. (1999). *Tajna uspješnog roditelja i odgojitelja: priručnik za rad na sebi namijenjen roditeljima, odgojiteljima, učiteljima i svima koji žele unaprijediti svoj odnos s djecom*. Pula: C.A.S.H,
6. Brajša-Žganec, A. (2003). *Dijete i obitelj, emocionalni i socijalni razvoj*. Zagreb: Naklada Slap
7. Butumović, I. (2021). *Prikaz obitelji u odabranim djelima hrvatske književnosti za djecu i mlade (Diplomski rad, Sveučilište u Rijeci. Filozofski fakultet)*
8. Cole, P. M., Dennis, T. A., Smith-Simon, K. E., & Cohen, L. H. (2009). Preschoolers' emotion regulation strategy understanding: Relations with emotion socialization and child self-regulation. *Social development*, 18(2), 324-352.
9. Čudina-Obradović, M. i Obradović, J. (2006). *Psihologija braka i obitelji*. Zagreb: Golden marketing-Tehnička knjiga.
10. Gershon, P., & Pellitteri, J. (2018). Promoting Emotional Intelligence in Preschool Education: A Review of Programs. *International Journal of Emotional Education*, 10(2), 26-41.
11. Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1986). Assessing the role of emotion in marriage. *Behavioral assessment*, 8(1), 31-48.
12. Jakab, A. W. (2008). Obitelj-sustav dinamičnih odnosa u interakciji. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 44(2), 119-128.
13. Janković, J. (2008). *Obitelj u fokusu*. Zagreb. Studio Moderna.
14. Jurčević-Lozančić, A. (2011). Teorijski pogledi na razvoj socijalne kompetencije predškolskog djeteta. *Pedagogijska istraživanja*, 8(2), 271-281.

15. Juul, J. (2008). Život u obitelji, najvažnije vrijednosti u zajedničkom životu i odgoju djece. Zagreb: Naklada Pelago
16. Kadlec, E. (2022). Suvremeni obiteljski odgoj (Završni rad, Sveučilište Jurja Dobrile u Puli. Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti).
17. Kovačić, S., & Penić Jurković, A. (2022). Odnos dobrobiti djece predškolske dobi i nekih aspekata roditeljskog ponašanja. Napredak: Časopis za interdisciplinarna istraživanja u odgoju i obrazovanju, 163(1-2), 133-159.
18. Kümmerling-Meibauer, B., & Meibauer, J. (2015). Picturebooks and early literacy: How do picturebooks support early conceptual and narrative development?. Routledge.
19. Ljubetić, M. (2012). Nosi li dobre roditelje roda?!: odgovorno roditeljstvo za kompetentno dijete. Profil.
20. Mahmutović, A. (2013). Značaj igre u socijalizaciji djece predškolskog uzrasta. Metodčki obzori: časopis za odgojno-obrazovnu teoriju i praksu, 8(18), 21-33.
21. Maleš, D. (2012). Obitelj i obiteljski odgoj u suvremenim uvjetima. Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima, 18(67), 13-15.
22. Mauss, I. B., Bunge, S. A., & Gross, J. J. (2007). Automatic emotion regulation. Social and Personality Psychology Compass, 1(1), 146-167.
23. McGoldrick, M. (1998). Re-visioning family therapy. Guilford Publications.
24. Milivojević, Z. (2000). Emocije: psihoterapija i razumevanje emocija. Prometej.
25. Murtazoyevna, Q. D., & Jamilovna, A. Z. (2021). Features of emotions in the upbringing of children. ResearchJet Journal of Analysis and Inventions, 2(04), 60-64.
26. Nenadić Bilan, D. (2014). Roditelji i djeca u igri. Školski vjesnik: časopis za pedagošku teoriju i praksu, 63(1-2), 107-117.
27. Nimac, D. (2010). (Ne) mogućnosti tradicijske obitelji u suvremenom društvu. Obnovljeni život, 65(1), 23-35.
28. Prinz, J. (2004). Which emotions are basic. Emotion, evolution, and rationality, 69, 88.
29. 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, 12(45), 7-9.



30. Sindik, J., & Basta-Frljić, R. (2008). Povezanost karakteristika temperamenta i spremnosti djece za školu. *Magistra iadertina*, 3(1.).
31. Slunjski, E. (2013). Kako djetetu pomoći da... upozna svoje emocije (i nauči njima upravljati). Zagreb. Element d.o.o.
32. Spera, C. (2005). A review of the relationship among parenting practices, parenting styles, and adolescent school achievement. *Educational psychology review*, 125-146.
33. Starc, B., Obradović, Č., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M. (2004). Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi, priručnik za odgojitelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi
34. Šagud, M. (2002). Odgajatelj u dječjoj igri. Zagreb: Školske novine.
35. Šišnović, I. (2011). Odgojno-obrazovna vrijednost slikovnice. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, 17(66), 8-9.
36. Štalekar, V. (2010). Obiteljska i bračna psihoterapija. *Medicina Fluminensis: Medicina Fluminensis*, 46(3), 278-283.
37. Tokić, A. (2008). Suvremene spoznaje u istraživanju povezanosti roditeljstva i adolescentske prilagodbe. *Društvena istraživanja-Časopis za opća društvena pitanja*, 17(98), 1133-1155.
38. Valiente, C., Swanson, J., DeLay, D., Fraser, A. M., & Parker, J. H. (2020). Emotion-related socialization in the classroom: Considering the roles of teachers, peers, and the classroom context. *Developmental psychology*, 56(3), 578.
39. Velki, T., & Bošnjak, M. (2012). Povezanost roditeljskih odgojnih postupaka s tjelesnim kažnjavanjem djece. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*, 58(28), 63-81.

## MREŽNE STRANICE

1. Vrste obiteljskog odgoja djeteta. Vrste obitelji, obiteljski odnosi i obiteljsko obrazovanje. (online) Dostupno na: <https://hr.puntomarinero.com/types-of-family-education-of/> (Pristupljeno: 17.4.2023.)

2. Trace Moroney: Big feelings for little people. (online) Dostupno na: <https://www.tracemoroney.com/> (Pristupljeno: 30. 5. 2023.)
3. Portal o roditeljstvu udruge roda: Igre koje pomažu razviti djetetovu emocionalnu inteligenciju. (Online) Dostupno na: <https://www.roda.hr/portal/djeca/zdravo-odrastanje/igre-koje-pomazu-razviti-djetetovu-emocionalnu-inteligenciju.html> (Pristupljeno: 24. 5. 2023.)

## SAŽETAK

Cilj ovog rada bio je predstaviti i opisati važnost utjecaja obiteljskih odnosa na razvoj emocija kod predškolske djece. Rano djetinjstvo ključno je razdoblje za razvoj emocija kod djece, a upravo odnosi s roditeljima imaju vodeću ulogu u tom procesu. Kvaliteta odnosa s roditeljima tijekom ranog razdoblja može imati dugotrajne posljedice na emocionalni razvoj djeteta. U prvom dijelu rada govori se o emocijama i emocionalnom razvoju predškolske djece, dok se u drugom dijelu rada govori o obitelji i obiteljskim odnosima kao i roditeljskom pristupu koji može povoljno i nepovoljno utjecati na razvoj djetetovih emocija. S obzirom na značaj same teme u završnom dijelu rada istaknuta je funkcija obiteljske terapije kao i važnost igre i čitanja slikovnica u svrhu kvalitetnog emocionalnog razvoja gdje se također navode primjeri poticajnih igara i kvalitetnih slikovnica koje se mogu primijeniti u radu s djecom.

**Ključne riječi:** emocije, emocionalni razvoj, obiteljski odnosi, povoljan i nepovoljan utjecaj, roditeljski pristup

## **SUMMARY**

The aim of this final paper was to present and describe the importance of the influence of family relationships on the development of emotions in preschool children. Early childhood is a key period for the development of emotions in children, and it is precisely the relationships with parents that plays a leading role in this process. The quality of the relationship with the parents during this early period can have long-lasting consequences on the child's emotional development. The first part of the paper discusses the emotions and emotional development of preschool children, while the second part of the paper discusses the family and family relationships, as well as the parental approach, which can favorably and unfavorably affect the development of the child's emotions. Considering the importance of the topic itself, the function of family therapy is highlighted in the final part of the paper, as well as the importance of games and reading picture books for the purpose of quality emotional development, where examples of stimulating games and quality picture books that can be used in working with children are also given.

**Key words:** emotions, family relations, favorable influence, parental approach, unfavorable influence