

Empatija i konstruktivno rješavanje sukoba

Kutija, Martina

Undergraduate thesis / Završni rad

2016

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:137:106518>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-26**



Repository / Repozitorij:

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



Sveučilište Jurja Dobrića u Puli
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

MARTINA KUTIJA

EMPATIJA I RJEŠAVANJE KONFLIKATA

Završni rad

Pula, 2016.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

MARTINA KUTIJA

EMPATIJA I RJEŠAVANJE KONFLIKATA

Završni rad

JMBAG: 0303038550, redoviti student

Studijski smjer: Preddiplomski stručni studij predškolski odgoj

Predmet: Trening socijalnih vještina

Mentor: Đeni Zuliani, pred.

Pula, 2016.

IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

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

Student

U Puli, _____, _____ godine

IZJAVA
o korištenju autorskog djela

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

koristi na način da gore navedeno autorsko djelo, kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu s Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima 34i 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. UVOD	1
2. EMPATIJA	2
2.1. OD DJETINJSTVA DO ADOLESCENCIJE	3
2.1.1. Razvoj empatije prema Hoffmannu	3
2.1.2. Razvoj empatije prema Greenspan	4
2.2. UČENJE I POTICANJE EMPATIJE	8
2.2.1. Lažna empatija	8
2.2.2. Kada početi s učenjem empatije?	8
2.2.3. Empatija u odgoju	9
2.2.4. Empatija i altruizam	10
2.2.5. Upućivanje djece u osjećaje drugih	10
3. KONFLIKTI	12
3.1. POVEZANOST EMPATIJE I KONFLIKTA	12
3.1.1. Što su socijalne vještine?	12
3.1.2. Empatijom protiv konflikata	12
3.2. KONFLIKTI KOD DJECE	13
3.2.1. Povećavanje i smanjivanje konflikata	13
3.2.2. Sukobljavanje djece tijekom igre	14
3.2.3. Što djeca uče iz sukoba?	15
3.3. RJEŠAVANJE KONFLIKATA	16
3.3.1. Koraci konstruktivnog rješavanja sukoba	16
3.3.2. Suradnjom do rješenja konflikta	16
3.4. SPRJEČAVANJE KONFLIKATA	17
3.4.1. Naizmjenično sudjelovanje	17
3.4.2. Pregovaranje kod djece	18
4. PRAKTIČNI DIO: RAZVOJ EMPATIJE KOD DJECE I UČINKOVITO RJEŠAVANJE KONFLIKATA	19
4.1. CILJ I SVRHA PRAKTIČNOG DIJELA	19
4.2. ZADATCI I HIPOTEZA	19
4.3. ISPITANICI	20
4.4. INSTRUMENTI KORIŠTENI U PRAKTIČNOM DIJELU	20
4.5. METODE I POSTUPCI	21
4.6. REZULTATI I RASPRAVA	22
4.6.1. Procjene odgojiteljica za empatiju, konflikte i suradnju	23
4.6.2. Stanje empatije, konflikata i suradnje nakon radionica	25
4.6.3. Spolne razlike u empatiji, konfliktima i suradnji	26
4.7. RASPRAVA	28
5. ZAKLJUČAK	29
6. LITERATURA	30
7. SAŽETAK	31
8. SUMMARY	32

1. UVOD

Socijalne vještine ključne su u komunikaciji s drugim ljudima. Empatija je jedna od ključnih socijalnih vještina. Prve znakove možemo opaziti već u rodilištu, ali to nije pravi oblik empatije, već samo naznaka kako se rađamo s potencijalom za razumijevanje tuđih osjećaja. Osnovni cilj ovog rada je istražiti koliki je stupanj razvijenosti empatije kod djece predškolske dobi. U prvome dijelu rada riječ je o empatiji, njenim počecima, razvoju i učenju, zatim slijedi dio koji se odnosi na konflikte. U tom dijelu govori se o tome što je konflikt, povezanosti između empatije i konflikta, njegovom razvoju, konstruktivnom rješavanju te što djeca iz njega mogu naučiti. Posljednji dio rada predstavlja praktični dio proveden u vrtićkoj skupini na temu Razvoj empatije kod djece i učinkovito rješavanje konflikata.

Postavlja se pitanje, zbog čega kod djece tako lako dolazi do konflikata? Krije li se odgovor u njihovom odgoju, nesposobnosti ili možda u nedovoljno razvijenim socijalnim vještinama? Kao što je već spomenuto, empatija je jedna od njih te se ona uči kroz cijeli život. Kada bi djeca bolje razumjela svoje i tuđe emocije, lakše bi dolazila do rješenja konflikata. Zajedničkim dogovorom, to jest suradnjom, na konstruktivan način došli bi do rješenja konflikta.

Ova tema jako je opširna te je provedeno podosta istraživanja koja su se doticala empatije, no ne i njenog utjecaja na konflikte. Kako bi se empatija, rješavanje konflikta i suradnja unaprijedili provedene su radionice, a ispitanici su djeca vrtićke dobi. Radionice su prilagođene dječjem uzrastu kako bi djeca lakše shvatila o čemu se govori i radi u aktivnostima.

Po završetku radionica donesen je zaključak da su radionice uspjele unaprijediti dječju empatiju koja će zasigurno rezultirati manjim brojem konflikata. Djecu moramo učiti kako se suradnjom i dogovorom dolazi do željenih rezultata, a ako već i dođe do konflikta da pokušaju razumjeti misli i osjećaje druge osobe, to jest da pokažu svoju empatičnu stranu.

2. EMPATIJA

Termin empatija prvi puta je upotrijebio Titchener 1909.godine. Njegov pojam empatije obuhvaća šire područje, odnosno podrazumijeva kognitivnu sposobnost razumijevanja unutarnjeg stanja druge osobe i određenu vrstu socijalno-kognitivnih veza. (Raboteg-Šarić, 1995. prema Wispe, 1968, 1987). Kasnije se pojam empatije sve više koristi u kliničkoj i socijalnoj psihologiji (Raboteg-Šarić, 1995).

„Psiholozi definiraju empatiju na dva načina: (a) empatija je kognitivna svjesnost o unutrašnjim stanjima druge osobe, tj. njenim mislima, osjećanjima, opažanjima i namjerama; (b) empatija je posredovana emotivna reakcija na dugu osobu“ (Hoffman, 2003:37).

U definiranju empatije mnogi autori se slažu kako je empatija sposobnost zauzimanja tuđe pozicije i razumijevanje tuđih osjećaja. Također se slažu u tome da razumijevanje tuđih emocija ne znači nužno proživljavanje istih (Batson i sur., Bryant, Barnett, Eisenberg, Strayer; prema Raboteg-Šarić, 1995).

Martin Hoffman jedan je od istraživača koji se bavio razvojem empatije. Njegova teorija objašnjava povezanost prosocijalnog ponašanja s razvojem kognitivnih sposobnosti i razvojnim promjenama u čuvstvenom doživljaju. Hoffman (1981,1987; sve prema Raboteg-Šarić, 1995) tvrdi kako na čovjekovu motivaciju za pomaganjem utječu kognitivni i socio-emocionalni razvoj.

Eisenberg i Miller (1987a,1987b) bavili su se sastavljanjem pregleda istraživanja na temu odnosa empatije i prosocijalnog ponašanja. Na sastavljanje pregleda utjecala je metoda koja se koristila za mjerenje empatije. Također, Miller i Eisenberg (1988) su kroz metaanaliziranje raznih istraživanja proučavali odnos empatije i raznih oblika antisocijalnog i agresivnog ponašanja (Eisenberg i Miller prema Raboteg-Šarić, 1995).

C. Daniel Batson začetnik je teorije empatija – altruizam. On smatra da je razlog zbog kojeg ljudi pomažu njihova dobrodušnost. Također navodi kako ljudi ponekad pomažu iz krivih razloga jer se osjećaju nelagodno gledajući druge kako pate. Ponekad ljudi pomažu drugima iz čistog altruizma iako ih to može dovesti do određenih gubitaka. Čisti altruizam se javlja kada se postavimo u položaj druge osobe i osjećamo ono što ona osjeća. U tekstu nalazi se primjer gdje muškarac drži dijete i vrećicu punu pelena, igračaka i zvečki. Dok je posezao za proizvodom na polici, ispala mu je vrećica iz ruke i sve se rasulo. Batson tvrdi kako ćemo osobi pomoći ako se empatiziramo s njome, bez imalo razmišljanja i koristi. Bit Batsonove hipoteze empatija-altruizam govori kako ćemo osobi s kojom se empatiziramo pomoći bez

imalo premissljanja, to jest iz čistog altruizma. U slučaju da ne osjetimo empatiju prema toj osobi, ali ipak taj događaj izazove kod nas nelagodu, Batson tvrdi kako ćemo početi razmišljati o mogućnosti pomaganja. Ukoliko iz te situacije osoba može izvući korist, odlučit će se za pružanje pomoći (Aronson, Wilson, Akert, 2005).

Empatija znači biti uz osobu i razumjeti njenu situaciju. Ponekad iz ljudskog ponašanja možemo zaključiti da ne razumiju srž problema, oni svojim pitanjima i gestama samo prividno djeluju da razumiju problem. Moguće je da se nikada nisu našli u sličnoj situaciji pa se ne mogu povezati emocionalno s osobom, već samo na intelektualnoj razini. Kada se osoba poveže s nekim na emocionalnoj razini njezin glas mijenja boju, pažljivo sluša drugu stranu te pritom nije nametljiva (Greenspan, 2009).

2.1. Od djetinjstva do adolescencije

2.1.1. Razvoj empatije prema Hoffmanu

Hoffman smatra kako se u moralnom odgoju treba orijentirati na emocionalan razvoj. Za njega postoji razlika između racionalno i moralno primjerene emocije. Racionalna emocija manifestira se tijekom vjerodostojnih stanja stvari, na primjer plakanje na sprovodu. Moralno primjerena emocija odnosi se na događaj koji nije moralno primjeren, ali u određenom trenutku je, na primjer smijanje na uvrjedljivi vic.

Prvi znakovi empatije javljaju se u najranijem djetinjstvu, no ne samo kod ljudi već i kod nekih životinja. Takva vrsta empatije je primarna te se ona mora učiti kako bi njome ovladali u potpunosti. Prve znakove možemo opaziti u rodilištu kada zaplače jedno dijete te to potakne i ostalu djecu na plač. Ovo je neka vrsta primarne empatije (Fabian, 2008). Dijete automatski oponaša motoričke pokrete tijela drugih ali i ekspresije lica. Na taj način ono pokazuje empatiju. Većinom se ovaj aspekt pokazivanja empatičnih emocija zanemaruje te se danas ne zove primarnom empatijom, već neverbalnom komunikacijom s tuđim emocionalnim stanjima (Bavelas i sur., 1987; prema Raboteg-Šarić, 1995).

Klasično uvjetovanje empatije podrazumijeva istovremeno doživljavanje istih emocija s osobom koja je u nevolji. Također se empatija može javiti ako je osoba doživjela sličnu situaciju i doživjela slične emocije. Ta empatija ne mora biti vidno doživljena, već je osoba može doživjeti čitajući pismo ili slušajući priču neke druge osobe. Ovo je najrazvijeniji

način doživljavanja empatije. Na tom stupnju razvoja osoba može zamisliti kako je to biti u tuđoj situaciji.

Kod starije djece i odraslih empatički doživljaj povezan je s razvojem kognitivnog razumijevanja drugih osoba. Mala djeca ne vide razliku između sebe i drugih osoba, stoga oni mogu doživjeti empatiju bez saznanja o drugoj osobi.

Kada se govori o djeci bitno je spomenuti globalnu empatiju. Ona se javlja u prvoj godini života. Djeca u ovoj fazi ne razlikuju sebe od ostalih, to jest ne smatraju se zasebnim fizičkim entitetima. Zbog toga djeca doživljavaju tuđe emocije kao svoje. „Empatička nevolja je globalna, bez voljne kontrole i javlja se uslijed djelovanja najjednostavnijih, automatskih načina izazivanja uzbuđenja“ (Raboteg-Šarić, 1995:53). Nakon globalne javlja se egocentrična empatija koja je na višoj razini kognitivnog razvoja. U ovoj fazi dijete doživljava sebe odvojeno od drugih. Sada ono razumije da tuđi osjećaji nisu njegovi te da empatizirajući se s njim nije u istoj situaciji.

Između druge i treće godine dijete prihvaća tuđe uloge te se time stvara empatija za osjećaje drugih. U ovoj fazi razumije osjećaje sućuti, ali još uvijek se ponekad može dogoditi da tuđe osjećaje doživljava kao svoje. Nakon toga dijete počinje osjećati empatiju prema drugima samo na temelju informacije, to jest kada osoba nije prisutna, što vodi novoj razini empatije. Ta nova, četvrta, razina odnosi se na empatiju za nečije tuđe uvjete. Javlja se u kasnom djetinjstvu gdje dijete shvaća da drugi ljudi doživljavaju pozitivne i negativne osjećaje ne samo neposredno, već i u širim životnim uvjetima i situacijama. Emocije koje dijete osjeća povezuju se s kognitivnim predodžbama emocija drugih ljudi. Kada ono stekne sposobnost stvaranja pojmova o društvu tada će moći empatiju kombinirati s kognitivnim predodžbama o situaciji cijele grupe ili većeg broja ljudi. U adolescenciji ovakav način empatiziranja može pomoći adolescentu da formira svoje moralne ili političke ideologije (Raboteg-Šarić, 1995).

2.1.2. Razvoj empatije prema Greenspan

Greenspan tvrdi kako empatiju učimo prvenstveno od svojih roditelja, a kasnije i od šire zajednice. Učenje empatije najbolje je započeti što ranije. Kako bi djeci približili empatiju potrebno je razgovarati s njima o svojim, ali i tuđim osjećajima i postupcima. Za njen pravilan razvoj potrebno je strpljenje i upornost. Djecu se mora podržavati u njihovim odlukama te i ukazivati na one loše.

Greenspan (2009.) navodi kako se prvi znakovi empatije vežu za uspavljivanje djeteta. Djeca često plaču, a roditelji ponekad ne znaju uzrok. Kako bi se dijete smirilo roditelji ga uzimaju u naručje i pokušavaju umiriti. U tom trenutku dijete se osjeća sigurno, obavijeno ljubavlju i pažnjom te se naposljetku umiri. Da bi dijete kasnije nastavilo normalan razvoj empatije, potrebna mu je povezanost s obitelji u trenucima uznemirenosti.

Ova faza vrlo je važna u najranijoj dobi djeteta. Ukoliko ju dijete ne prođe ono neće imati razloga da pokazuje empatiju prema drugim ljudima. Dijete gradi svoju empatiju na temelju ljubavi koju osjeća od strane svoje obitelji. Količinu empatije koju će dijete imati ovisi o količini empatije koju dobije od svoje obitelji. Dijete osjeća roditeljsku empatiju kada oni zadovoljavaju njegove potrebe kao što je glad, pažnja, uznemirenost i slično. Postoje urođene emocije kao što su strah i srdžba u osnovom obliku i one se javljaju u najranijoj dobi, no empatija je vještina koju učimo kroz iskustvo u krugu obitelji.

U dobi od osam ili devet mjeseci dijete počinje reagirati na facijalne ekspresije. Ono je najviše povezano s majkom pa u situaciji majčine uzrujanosti dijete reagira povlačenjem. Kada se majka smije i dijete se osjeća sretno. U ovom razdoblju dijete dolazi do zaključka da je majka zasebna ličnost koja se nalazi u vanjskom svijetu i ima vlastite emocije. Dijete mora shvatiti da je zasebna osoba jer će se inače previše poistovjećivati s ostalima, a to se mora izbjeći. Ono mora shvatiti da osjećaji njegovih roditelji nisu njegovi osjećaji. To će najbolje naučiti ako razne osjećaje doživi kroz vlastito iskustvo.

Nakon uspješne faze shvaćanja sebe kao zasebnog bića s vlastitim emocijama slijedi sljedeća faza u kojoj dijete formira kompleksnije osjećaje. Ova faza javlja se u razdoblju od deset do osamnaest mjeseci. Ovdje je riječ o suradnji i druženju s roditeljima, ali i s vršnjacima. U ovom razdoblju djeca se zajedno igraju i vesele, za razliku od prijašnjeg načina komunikacije. Oni sada dijele osjećaje i zajedno pokušavaju riješiti problem. Empatija je vrlo važna u zajedničkom rješavanju problema jer je upravo ona potrebna kako bi se problem riješio. Autor je to nazvao zajedničko socijalno rješavanje problema. Također se u osamnaestom mjesecu mogu primijetiti prvi znakovi altruizma. Autor navodi primjer gdje dijete tješi svoga prijatelja koji plače na način da ga potapša po leđima ili ga zagrlji. Ovakvo altruistično ponašanje dobar je preduvjet za razvoj empatije. Ne zna se jesu li djeca altruistična jer su to vidjela od roditelja ili oni sami dođu do zaključaka na temelju svojih osjećaja. To nije toliko važno sve dok se tako ponašaju, jer s takvim ponašanjem bliže se empatiji.

Ova faza javlja se u razdoblju od osamnaestog mjeseca do druge ili treće godine života. Tada djeca počinju izgovarati prve riječi i sudjelovati u simboličkoj igri. U njoj nisu sami, već u nju uključuju članove obitelji. U igri pretvaranja dijete zamišlja da je ono mali medvjedić a njegova mama ima ulogu mame medvjedića. U ovakvoj vrsti igre razvija se empatija jer djeca djeluju na razini riječi i dijela. Tijekom igre dijete s mamom ili prijateljicom dijeli zajedničke osjećaje što vodi k suosjećajnosti. Igračke dobivaju razne uloge te na taj način dijete upoznaje različite emocije. Na ovaj način dijete razvija svoju kreativnost i istražuje emocije. Također dijete će tijekom igre shvatiti kakav je osjećaj kada je netko zločest prema njemu ili će se razveseliti igrajući se smiješnom igračkom.

U sljedećoj fazi dijete razumije svoje osjećaje stoga ono može izraziti zašto se osjeća na određen način. Na primjer: „Tužna sam jer mi je prijateljica uzela igračku“. Osim što zaključuju o svojim osjećajima, djeca mogu zaključiti i kako se drugi osjećaju. U ovoj fazi dijete odvaja svoj svijet od svijeta roditelja. Ono shvaća da roditelji nisu dio njega, ali istovremeno može biti zabrinuto za njihove osjećaje. Na temelju svojih iskustava dijete uspoređuje svoje osjećaje s tuđima te može zaključiti zašto se netko osjeća na određen način. Zatim dijete ulazi u fazu u kojoj preispituje svoje, ali i tuđe osjećaje.

Autor navodi primjer u kojemu se djevojčica Jeniffer seli sa svojom obitelji u novi grad. Majka joj je s veseljem opisivala novi grad, susjedstvo i školu. Ono što je Jeniffer zbunilo bilo je kada je zatekla mamu kako plače u kuhinji. Njenoj majci bilo je teško napustiti dom u kojem su proveli jako puno vremena. Ovo je za Jeniffer složena situacija u kojoj je ona morala shvatiti da su emocije njene majke konfliktne. Ona je to također osjetila kada su se doselile u novi grad. Bila je sretna zbog nove škole, prijatelja i okruženja, ali istovremeno osjećala je nostalgiju za starim domom.

Ovim načinom razmišljanja dijete razvija svoju empatiju, a svijet počinje gledati na kompleksni način, to jest s više strana gledišta.

U razdoblju od osam do deset godina djeca se intenzivno druže, razgovaraju i igraju. Najčešće se okupljaju na dječjem igralištu gdje se raspravlja o redosljedu, pameti, sposobnostima i slično. Vrlo im je bitna pozicija u socijalnoj sredini. Oni se stalno nadmeću ne bi li tako odredili svoj hijerarhijski položaj. Vrlo je važno naučiti djecu da ne mogu u svemu biti najbolja. Od malena se moraju odgajati na taj način inače će se kao adolescenti teško nositi s odbijanjem i gubitcima. Dijete mora razumjeti kako je poraz sastavni dio života (Greenspan, 2009).

Ljudi su socijalna bića i međusobno se druže, bilo u paru ili u grupi. U školi, djeca se često grupiraju u više grupa, ovisno o zajedničkim interesima, spolu i slično. Ponekad nije

lako biti dio grupe jer su djeca iskrena, a ta iskrenost može povrijediti osjećaje. U grupnom druženju djeca dijele osjećaje i time razvijaju empatiju. U mlađoj dobi kada su više povezani s obitelji, osjećaje dijele samo s njima, a sada to rade i s prijateljima iz škole. Oni se poistovjećuju sa svojom grupom jer im je stalo do nje. Empatija se javlja u svakome pojedinačno te se zatim proširuje na cijelu grupu s kojom dijele zajedničke interese, emocije i ciljeve. U knjizi autor navodi primjere ovih društvenih skupina: članovi bliske obitelji, sportski klub, grad ili država.

U grupi s kojom se druži, dijete će upoznati različite osobe. Neće se razlikovati samo u interesima i razmišljanjima, već i fizički, psihički, vjerski i slično. Autor navodi primjer gdje dijete ima prijatelja u Sudanu. Ono će se povezati s njim na emocionalnoj razini kada čuje da u Sudanu vlada nestašica hrane. Sljedeći primjer dotiče se djeteta kojem je prijatelj osoba s posebnim potrebama. To dijete lakše će razumjeti s kakvim se problemima suočavaju takva djeca. Vrlo je korisno da djeca upoznaju osobe koje se razlikuju od njih, ali u ne prijetećem okruženju. Na taj način imat će više razumijevanja za osobe koje nisu kao oni.

Tijekom tinejdžerskih godina empatija dostiže novu razinu. Sada je njihova empatija dublja, istinska. Na temelju iskustava osoba u potpunosti razumije svoje osjećaje, stoga će lakše razumjeti druge ljude. To je kompleksnija radnja jer mora razmišljati o sebi, svojim osjećajima, ali i tuđim. Ako se empatija nije adekvatno razvila, doći će do raznih problema. Takva djeca ponašaju se antisocijalno te se vesele nesreći druge osobe. U takvim situacijama bitno je opomenuti osobu koja to čini i ukazati joj na pogrešku koju čini.

Autor navodi primjer u kojem dva dječaka vode razgovor. Ethanu su se roditelji rastali kada je imao šest godina. Kasnije se njegova majka ponovo udala. Ethanu je trebalo određeno vrijeme da prihvati očuha, ali su se kasnije jako zbližili. U njegovoj jedanaestoj godini očuh je preminuo od srčanog udara. Dvije godine kasnije njegovom prijatelju Lucasu također je umro otac. U njihovom razgovoru Ethan je imao puno razumijevanja za svoga prijatelja jer je i sam bio u istoj situaciji. Razgovor je prisluškivala Ethanova majka koja je kasnije u razgovoru sa Lucasovom majkom izrazila čuđenje u vezi količine empatije koju njezin sin pokazuje.

Adolescencija je vrijeme kada osoba najviše vremena provodi u društvu prijatelja. Također u to vrijeme javljaju se prve ljubavi. Empatija je i dalje u razvoju, posebno je naglašena u zaljubljenosti. Adolescentima se čini kako ih ljubav prema nekome čini boljom osobom. To je uistinu tako. Oni su buntovni i nepravda im smeta. Kada su suoče sa novim preprekama u životu kao što su fakultet, posao i sličnim obavezama počinju bolje razumijevati razmišljanja svojih roditelja. Kasnije, kada osnuju svoju obitelj, prenose znanje o

empatiji na njih. Empatija se produbljuje kada su suosjećaju sa svojom djecom. Kasnije u životu osobe se uključuju u razne socijalne, društvene i političke probleme te im to također pomaže da prodube svoju empatiju. Što više iskustva osoba ima tijekom života, to će joj empatija biti dublja (Greenspan, 2009).

2.2. Učenje i poticanje empatije

2.2.1. Lažna empatija

Postoje ljudi koji su izvrsni u pretvaranju. Jako su spretni u uvjeravanju i dobivanju onoga što žele. Razumiju tuđe emocije i prikazuju se kao empatični ljudi, a zapravo samo izvlače korist iz osobe. Dok drugi ljudi misle o njima da su empatični, oni uistinu samo manipuliraju. U raznim istraživanjima posljednjih godina, došlo se do zaključka da su ljudi sve više narcisoidni i egoistični. Kada osoba manipulira drugima, nije suosjećajna te ne poznaje empatiju (Greenspan, 2009).

2.2.2. Kada početi s učenjem empatije?

Djeca uče kako biti empatični od svojih roditelja. S učenjem empatije najbolje je započeti što ranije to jest u dojenačkom dobu, ali zapravo nikad nije prekasno. Za odgoj djece potrebno je strpljenje jer djeca znaju biti nestašna i neposlušna. U odgoju se nikako ne bi smio povisivati ton na dijete ili ga tući. Takvim načinom rješavanja problema ukazujemo djeci kako je to uredu. Oni će to također primjenjivati kod problema s drugom djecom a u zreloj dobi, prema drugim ljudima. Kada dijete pogriješi, potrebno mu je objasniti gdje je pogriješilo i reći mu da razmisli kako bi se ono osjećalo u takvoj situaciji.

U predškolskom uzrastu dijete razumije kako se drugi osjećaju te može diskutirati o tome. Oko pete godine života djeca mogu učiti o empatiji pomoću hipotetskih pitanja. Autor navodi sljedeća hipotetska pitanja: „Kako bi se ti osjećao kad bi ti netko uzeo tvoju omiljenu igračku?“, „Kako bi se tvoj prijatelj osjećao da mu učiniš nešto nažao?“ i slično. U školsko doba problematična mogu biti ona djeca kojima manjka empatije te ona koja ulaze u adolescenciju. Kako bi dijete razvilo vlastiti identitet mora naučiti biti neovisno, to jest postati samostalnije. Na tom putu oni najviše gledaju sebe pa ih se često smatra sebičnima. Također pokazuju manjak empatije za članove obitelji. Nakon formiranja identiteta izvan obitelji osoba će se ponovo empatično i s pristojnošću ponašati prema članovima obitelji.

Vrlo je važno da roditelji uključe empatiju u adolescentov razvoj jer su adolescenti najviše orijentirani na sebe. Roditelji moraju znati kako je orijentiranost na sebe normalna faza kod adolescenata. U slučaju da adolescentu manjka empatije i ne pokazuje je prema bližnjima i prijateljima, potrebno je pojasniti situaciju u kojoj se druga osoba nalazi, kako bi bolje razumio tuđe osjećaje. Svaki put kada adolescent pokazuje takvo ponašanje potrebno ga je usmjeriti na pravilno ponašanje. Sav trud koji se uloži u razvoj empatije mladog adolescenta pomaže mu da uspješno prođe fazu separacije. Bitno je kroz cijelo djetinjstvo poticati i učiti djecu empatiji kako bi se ona što bolje mogla povezati s drugima (Fabian, 2008).

2.2.3. Empatija u odgoju

Postoji mnogo socijalnih vještina, neke su lakše a neke teže za svladati i razumjeti. Empatija spada u složenije socijalne vještine jer je za njeno učenje potrebna pomoć drugih ljudi, najprije obitelji a zatim i šire. Djeca počinju učiti empatiju od najranije dobi, primjerice iz izraza lica svojih roditelja. Oni doživljavaju roditeljsku empatiju kroz boju i visinu njihova glasa te kroz ljubav i pažnju koju dobivaju kada im je potrebna. Roditelji djeci moraju pokazati kako su i negativni osjećaji koje proživljavamo prihvatljivi. U drugoj i trećoj godini života igra postaje sastavni dio života djece. Ponajviše prakticiraju igre pretvaranja u kojima se susreću s raznim emocijama koje nisu samo pozitivne. Putem tih igara djeca počinju bolje razumijevati svoje osjećaje.

Sa starijom djecom, ona koja polaze vrtić i niže razrede osnovne škole, empatija se najbolje uči kroz hipotetska pitanja iz realnih situacija. Tako djecu učimo kako da se ponašaju u različitim situacijama i kako da se nose s pozitivnim, ali i negativnim osjećajima. Ukoliko ne razumiju svoje ili tuđe osjećaje potrebno im je pojasniti, bez omalovažavanja i ismijavanja.

POTICANJE EMPATIJE

1. „Suosjećajte sa svojim djetetom. Empatija nastaje ako je netko empatičan prema nama.
2. Pomognite mu da postane svjesno vlastitih osjećaja i da ih izrazi. Dozvolite mu da izrazi cijeli spektar osjećaja.
3. Pomognite mu da se uskladi s tuđim osjećajima tako što mu objašnjavate svoje. Iskazuje ih izrazima lica i tonom glasa.

4. Zainteresirajte ga za osjećaje drugih ljudi koristeći njegove vlastite osjećaje kao mjerilo za usporedbu.
5. Neka dijete – u sigurnom okruženju – doživi sve moguće situacije. Potičite ga da koristi maštu kako bi izašlo izvan okvira doživljaja koje je već imao“ (Greenspan, 2009:32).

Roditelji imaju ključnu ulogu u razvoju dječje empatije koja se javlja u najranijem djetinjstvu. Oni moraju biti uz dijete u svakoj fazi kako bi se njihova empatija pravilno razvila. U predškolskoj dobi to se najbolje postiže igrama a kasnije hipotetskim pitanjima iz realnih situacija i propitivanja njihovih osjećaja. Vrlo je važno da se dijete druži s drugom djecom koja su različita od njega jer će tako naučiti poštivati različitost i tuđe osjećaje. U fazi adolescenta potrebno je razgovarati i pitati ih za mišljenje. Na taj način postaju samostalniji i osjećaju se važno. Djecu je bitno podržavati u njihovim odlukama i ukazivati im na loše (Greenspan, 2009).

2.2.4. Empatija i altruizam

Postoji mnogo situacija koje mogu potaknuti djecu na empatiju i altruizam. Katz i McClellan (1999.) navode primjer u kojemu dječak dugo vremena čeka svoj red na penjalicu na dječjem igralištu. Ono što odgojiteljica treba učiti jest upozoriti dijete. Ton njezine rečenice trebao bi zvučati činjenično, a ne na način koji bi kod djeteta izazvao sram ili nelagodu. Kod neposlušne djece potrebno je nasamo razgovarati i pojasniti im tuđe osjećaje te posljedice njihova ponašanja. To najbolje možemo postići postavljanjem hipotetskih pitanja. Djeci to treba naglašavati čak i kada nisu ništa loše napravili kako bi bolje upamtili na koji način se ne treba prema nekome odnositi.

2.2.5. Upućivanje djece u osjećaje drugih

Roditelji, ali i odgojiteljice u vrtiću, trebali bi povremeno podsjećati djecu na tuđe osjećaje. Tako će djeca bolje razumjeti tuđe osjećaje i znati predvidjeti nečiju reakciju. Tijekom boravka u vrtiću odgojiteljica može od djece tražiti da joj daju ideju za buduće aktivnosti ili ih pitati o interesima i željama djece koja nisu prisutna. Time odgojiteljice daju djeci do znanja da je tuđe mišljenje važno isto koliko i njihovo. Autorice Katz i McClellan navode primjer gdje odgojiteljica aktivnošću potiče djecu na razmišljanje o tuđim osjećajima. Naime, nekoliko djece odlaze iz njihove grupe te ih je ona zamolila da razmisle što bi mogli

učiniti za njih kako bi im ostali u sjećanju. Tim postupkom dala je djeci odgovornost i priliku da razmisle o interesima i osjećajima te djece. Na kraju su odlučili nešto im nacrtati, no prvo su se podijelili u četiri manje grupe. Tema je bila nacrtati nešto po čemu će ih ta djeca pamtili. Ovakva aktivnost može se provoditi u bilo kojem kontekstu, kako bi djeci što više skretali pozornost na tuđe osjećaje (Katz, McClellan, 1999).

3. KONFLIKTI

Sukob je kada ljudi imaju različito mišljenje i potrebe vezano za neku situaciju te ne mogu doći do rješenja. Sukob se najčešće gleda u negativnom smislu, ali on može dovesti do boljeg sagledavanja problemske situacije te više načina pomoću kojih se problem može riješiti. Takva vrsta sukoba naziva se konstruktivan sukob gdje sukobljene strane razvijaju svoju kreativnost te im to podiže samopouzdanje i osjećaj zadovoljstva. Često se tijekom sukoba javlja agresija, ali ona ne dovodi do rješenja, već se time problem samo potiskuje. Potiskivanje problema može loše utjecati na osobu, na njeno samopouzdanje i psihi. Kako će se netko postaviti prema konfliktu, ovisi o iskustvima koje doživimo još u najranijem djetinjstvu. Rješavanje konflikta spada u socijalne vještine koje se uče iskustvom.

3.1. Povezanost empatije i konflikta

3.1.1. Što su socijalne vještine?

Socijalne vještine su verbalni i neverbalni oblici ponašanja pomoću kojih uspješno komuniciramo s drugim ljudima. One se počinju učiti u najranijem djetinjstvu na razne načine, spontano ili kroz planirane aktivnosti. Što više socijalnih vještina neka osoba posjeduje, to će na lakši način doći do rješenja konflikta. Autorice navode socijalne vještine koje pomažu u rješavanju konflikata: istinsko slušanje, očitovanje umjesto potiskivanja vlastitih osjećaja, jasno izražavanje želja i potreba, razmatranje najrazličitijih mogućnosti rješavanja određenog sukoba, vještina pregovaranja i tako dalje.

Tijekom boravka u vrtiću, raznim aktivnostima, djecu se mora poticati na korištenje socijalnih vještina. Pomoću empatije dijete će se emocionalno povezati s drugima, a to će im pomoći da shvate tuđe osjećaje i pomoću toga uspješno riješe konflikt (Ajduković, Pečnik, 2007).

3.1.2. Empatijom protiv konflikata

Empatija je jako važna, kako za pojedinca tako i za cijelo društvo. Ako osoba ovlada socijalnim vještinama, među kojima se nalazi empatija, bolje će razumjeti druge ljude i rješavati konflikte na konstruktivan način.

a) Konflikti

Autori navode kako postoji nekoliko metoda rješavanja konflikta, a to su: medijacija, dijalog i rasprava. Svaki konflikt započinje sukobljenim stranama. Kako bi se konflikt razriješio obje strane moraju dobiti ono zbog čega je konflikt i započeo. To je ponekad teško postići jer sukobljene strane imaju različit pogled na situaciju. Konflikt je lakše riješiti ako se organizira, tako se on dijeli na: povijest konflikta, njegov kontekst, sukobljene strane, problem konflikta te njegovu dinamiku (Titulaer, 2012 prema Paffenholz, 2004).

Ono što će nam pomoći u rješavanju konflikta je empatija. Empatija je sinonim za suosjećanje, a kada se suosjećamo s drugom osobom te shvatimo stajalište suprotstavljene strane, lakše ćemo doći do rješenja.

b) Empatija

Empatija prožima cijelu osobnost pojedinca. Provedena su istraživanja iz raznih područja kako bi se utvrdilo na koje sve načine empatija utječe na pojedince, ali i na skupine. Već je spomenuto kako se pomoću empatije lakše dolazi do rješenja konflikta. Razlog tome je što ona ima neizravan utjecaj na socijalne i kognitivne vještine. Gordon navodi još jednu komponentu empatije, a to je sposobnost primjerenog reagiranja i razumijevanja tuđe pozicije (Titulaer, 2012 prema Gordon, 2007).

c) Rezultati

Prava empatija je kada se s osobom povežemo na emocionalnoj i intelektualnoj razini. To je sposobnost razumijevanja tuđe situacije na način da osoba emocionalno osjeti tu situaciju. Kako bi druga osoba bila uvjeren da s njom suosjećamo, potrebno je aktivno slušanje i djela koja činimo (Titulaer, 2012).

3.2. Konflikti kod djece

3.2.1. Povećavanje i smanjivanje konflikata

Postoje određeni razlozi koji mogu povećati konflikt, a to su: porast emocija kao što su srdžba i frustracija, prijeteće situacije, više članova jedne od suprotstavljenih strana, neprijateljski odnosi prije konflikta te manjak socijalnih vještina.

Razlozi koji smanjuju konflikt su: usmjeravanje pažnje na problem, smirivanje prijetnji i negativnih emocija, prijateljski odnosi prije konflikta, sposobnost samostalnog rješavanja konflikata pomoću socijalnih vještina.

Nastalom problemu važno je znati pristupiti na pravi način. Prvo ga je važno definirati. Ono što neće pomoći u njegovu rješavanju je potiskivanje problema odnosno pasivan pristup. Potiskivanjem problema kod djeteta će se javiti osjećaji poniženja i srdžbe (Ajduković, Pečnik, 2007).

3.2.2. Sukobljavanje djece tijekom igre

Djeca vole društvene igre poput „Čovječe ne ljuti se“, „Monopoly“ i slično. Najviše se igraju tijekom boravka u vrtiću, ali i sa svojom obitelji. Tijekom igre često dolazi do sukoba među djecom jer svi žele biti pobjednici, a pobjednik je samo jedan. Roditelji u ovakvim situacijama ne znaju kako je najbolje postupiti. Ovakve vrte igara vrlo su korisne jer kod djece razvijaju strpljenje, upornost, radost koju donosi pobjeda, borbenost i tako dalje. Kada djeca igraju ovakve igre, bitno je nadzirati ih jer uglavnom dolazi do konflikta. Nije dobro ići linijom manjeg otpora i zabraniti im igru, jer onda nikad neće razviti dobre osobine koje donosi igra. Kada odrasla osoba nadzire igru, ona je glavna te može smiriti konflikt, pomoći poraženima i paziti da se gubitnici ali i pobjednici ponašaju pravilno.

Stručnjaci koji proučavaju dječje ponašanje u igri tvrde kako svakih pet minuta među njima dolazi do sukoba, a najčešći razlog je igračka. Ponekad sukobi mogu rezultirati fizičkim kontaktom te se oni moraju odmah prekinuti. Roditelji ne znaju kako reagirati kada se njihovo dijete posvađa s drugim, jer ne znaju kako je konflikt započeo. Bitno je da ne grde tuđe, a ni svoje dijete u tom trenutku. Važno je da se dijete prvo smiri jer u trenutku uzbuđenosti zbog konflikta, dijete neće pravilno shvatiti poruku koju mu roditelji žele prenijeti (Prodanović, 1998).

„Putem svađe s prijateljem oko igračke dijete će naučiti razumjeti granicu između moje i tvoje te mene i tebe. „Sukob je pokušaj komunikacije i udruživanja“, potvrđuje Donald Winnicot(1896. – 1971.), poznati engleski pedijatar i psihoanalitičar, te dodaje: „Važno je shvatiti kako se dijete, u obrani svojih granica, počinje razlikovati od drugih, jača vlastito ja i oblikuje neovisnu osobnost. Ako je istinito to što potvrđuju psiholozi, trebamo zaključiti sljedeće: potpuno je uzaludno nadati se kako je dijete mlađe od pet godina sposobno biti altruist. Ipak, možemo poduprijeti razvoj željenoga ponašanja na dva načina:

1. Moramo voditi računa da se njegov egocentrizam ne sudara s egocentrizmom drugog prijatelja s kojim se igra;
2. Pomoći mu da razvije predodžbu o drugome jer je to potrebna pretpostavka kako bi se došlo do predodžbe o altruizmu“ (Laniado, 2009:48).

3.2.3. Što djeca uče iz sukoba?

Sukobi su sastavni dio života kod odraslih, ali i kod djece. Dječji sukobi češći su i obično ih odrasla osoba mora rješavati. Oni pomoću sukoba procjenjuju svoj, ali i tuđi položaj u društvu. U sukobima djeca izražavaju svoje želje, pronalaze mjesto u društvu, uče prihvaćati tuđa mišljenja ali i kako podnijeti poraz. Djeca se najčešće sukobljavaju kada im se nešto nameće jer su osjetljivi na nepravdu. Takvi se sukobi mogu spriječiti ako im se prije objasne pravila. Sukob ponekad može izbjeći kontroli, stoga ih moramo naučiti pravilnom ponašanju te odrediti granice. U slučaju da djeca nešto razbiju ili dođe do fizičkog sukoba tada sudionici moraju snositi posljedice i preuzeti odgovornost. Kao što je prije napomenuto, djeci ponekad treba pomoć u rješavanju konflikta od strane odrasle osobe. Ona je tu da nadzire konflikt i smiri ga, ali ne i da presuđuje ili zauzima strane. Kako bi se konflikt riješio potrebno je da svaka strana iznese svoj stav dok ga druga sluša. Djeca nažalost uvijek žele biti u pravu pa bi odrasla osoba trebala pomoći i predložiti djeci da sama iznesu prijedloge za rješenje sukoba.

Kako bi se dijete bolje znalo izjasniti te razviti alternativne načine razmišljanja tijekom sukoba potrebni su razgovori. Ono mora prepoznati negativne osjećaje te znati kako je u redu osjećati se tako. Obitelj je ta koja mora pomoći djetetu da ne zadržava negativne osjećaje u sebi, tako što će razgovarati s njim o problemu ili mu pokazati kako se treba ponašati u određenim situacijama. Također je važno da djeca nauče prepoznati negativne emocije kod drugih, kako bi se odmakle od njih i spriječile sukob. Djeca uče kako se ponašati tijekom sukoba od svojih roditelja. Pravilan način sukobljavanja to jest iznošenje argumenata i stavova, a ne gubljenje kontrole i povisivanja tona, dati će djetetu dobar primjer kako najlakše riješiti sukob. U slučaju da sukob ne ide željenim putem potrebno je smiriti situaciju, ispričati se drugoj strani ili obrnuto te pokazati djetetu da se nakon sukoba opet može lijepo slagati (Zdenković, 2013).

3.3. Rješavanje konflikata

3.3.1. Koraci konstruktivnog rješavanja sukoba

Postoji nekoliko sastavnica koje nam mogu pomoći kod konstruktivnog rješavanja sukoba. Kako bi sukobljene strane lakše došle do rješenja problema potrebna je suradnja, koja ne samo da je važna za ishod sukoba, već i za proces donošenja odluke. Sljedeća sastavnica je komunikacija bez koje ne možemo riješiti sukob. Većina se sukoba događa upravo zbog manjka komunikacije, stoga je vrlo važno da pažljivo slušamo osobu s kojom smo u sukobu. Još jedna sastavnica koja uzrokuje sukobe je nisko samopoštovanje. Ukoliko osoba nema samopoštovanja ne može ni razviti suosjećanje. Dijete koje ima nisko samopoštovanje često je odbacivano od druge djece te je predmet izrugivanja. To dijete pokušat će se uklopiti kroz zasluge rješavanja konflikata na nenasilan način. Uz suosjećanje se veže prosocijalno ponašanje. Prosocijalno ponašanje je skup različitih ponašanja koji nam pomažu da zadovoljimo tuđe potrebe. Dijete će razviti prosocijalno ponašanje ako ga se pohvali za dobro djelo.

Učenje postupka rješavanja konstruktivnog konflikta pomoći će djetetu da shvati njegovu složenost i istraži na koje sve načine može reagirati u toj situaciji. Prije rješavanja samog konflikta potrebno je usredotočiti se na problem a ne na osobu. Umjesto da osoba govori iz "ja" pozicije i prosuđuje drugu, trebala bi izraziti svoje osjećaje. Sljedeći korak je propitivanje što osoba želi da se dogodi i može li ideje prenijeti u djelo, to jest može li svoje ideje prilagoditi ostalima kako bi se situacija poboljšala.

Bitno je spomenuti još jednu strategiju rješavanja konflikta, a to je posredovanje ili medijacija. Ovakav način rješavanja konflikata koristi se kod djece jer je njima potrebna pomoć odrasle osobe kako bi se konflikt riješio. Dakle, medijacija je način rješavanja konflikta u kojem treća osoba pomaže u njegovu rješavanju. Ovaj proces pomaže sukobljenim stranama da izraze svoje osjećaje, probleme, potrebe ali i nova rješenja (Ajduković, Pečnik, 2007).

3.3.2. Suradnjom do rješenja konflikta

„Suradnja je otvoreno i izravno suočavanje s konfliktom i traženje obostranog zadovoljavajućeg rješenja. Osoba pokušava da obje strane dobiju maksimalno i rezultira pozicijom dobitak – dobitak“ (Rijavec, Miljković, 2002:33). Ukoliko obje strane žele biti

zadovoljne donesenim rješenjem konflikta, moraju surađivati. Prije početka rješavanja konflikta obje osobe moraju priznati da problem postoji. Svaka strana mora dobiti određeno vrijeme za iznošenje svojeg stajališta. Druga osoba je tada pažljivo sluša i obrnuto. Obje strane moraju shvatiti onu drugu i ne smiju se pretvarati da su razumjeli što druga osoba govori kako bi nastavili sa svojim stavovima.

Vrlo važna faza u rješavanju konflikta je definiranje problema u potrebama a ne u rješenjima. Sukobljene strane se ne smiju usredotočiti na svoja rješenja jer su njihova rješenja u sukobu. Kada osobe definiraju problem tek tad mogu početi tražiti rješenja koja bi zadovoljila obje strane. Faza traženja ne smije se povezivati s fazom vrednovanja ideja. Traženje zahtjeva kreativnost, a prerano vrednovanje donesenih ideja guši kreativnost. Ponekad je bolje potrošiti puno vremena za jednu dobru ideju, nego za više lošijih. Kada se pronađu ideje, počinje vrednovanje gdje osobe moraju naći onu ideju koja će zadovoljiti oboje. Ponekad suradnja može predstavljati problem ukoliko osoba nije spremna saslušati i napraviti kompromis. Ukoliko se osobe nisu sporazumjele oko konflikta, on će se povećati, stoga je bitno da obje strane razumiju dogovor (Rijavec, Miljković, 2002).

3.4. Sprječavanje konflikata

3.4.1. Naizmjenično sudjelovanje

Naizmjenično sudjelovanje podrazumijeva dijeljenje nekog predmeta ili sudjelovanje u nekoj aktivnosti na neko određeno vrijeme. Često se djeca u vrtiću žale odgojiteljicama kako im je drugo dijete oduzelo igračku s kojom su se igrali. Puno situacija u životu zahtjeva naizmjenično sudjelovanje, a za njegovo učenje potrebno je mnogo vremena. Ono je razlog čestih dječjih svađa koje mora smirivati odgojiteljica jer se djeca sama ne znaju dogovoriti. Ona je tu da usmjeri dijete, a ukoliko savjet nije upalio, mora pokušati na drugačiji način. Ovakvi događaji mogu potaknut kod djece empatiju i altruizam. Odgojiteljica bi trebala upozoriti tvrdoglavo dijete kako ima i druge djece koja moraju doći na red. Ukoliko to ne upali, mora bez gorčine djetetu na samo objasniti u čemu griješi.

3.4.2. Pregovaranje kod djece

Mnogi aspekti socijalne interakcije zahtijevaju pregovore između sudionika u vezi sa slijedom, ustrojem i uzajamnošću interakcije. Uspješni pregovori uključuju sposobnost prilično točnog pogađanja toga što će se svidjeti nekom drugom djetetu te sposobnost postizanja dogovora kojim će se uzeti u obzir želje ili potrebe svih sudionika (Katz, McCellan, 1999:93 prema Rubin, Everett, 1982). Kompromis je vrlo važan kada je pregovaranje u pitanju. Odgojiteljica može pomoći djeci i vježbati s njima situacije u kojima će koristiti određene nagodbe kako bi izbjegli konflikt. Tako jedno dijete može predložiti drugome: „Ti se igraj još malo s tom igračkom pa kad ja budem gotova sa svojom, možemo se zamijeniti“ (Katz, McCellan, 1999).

4. PRAKTIČNI DIO: RAZVOJ EMPATIJE KOD DJECE I UČINKOVITO RJEŠAVANJE KONFLIKATA

Empatiju se može najjednostavnije definirati kao sposobnost uživanja u osobi i tuđu poziciju i njene emocije. Njen razvoj započinje u najranijoj dobi te se najdinamičnije razvija do adolescentske dobi, a kasnije tijekom života se produbljuje. Empatija je jedan od aspekata socijalnih vještina te je vrlo važna u rješavanju konflikata.

Djeca u vrtiću često se sukobljavaju jer ne razumiju tuđe osjećaje. Iz tog razloga provedene su radionice u trajanju od pet dana u dječjem vrtiću. Radionice su se sastojale od raznih aktivnosti koje su se doticale empatije i konflikata između djece. Željelo se uvidjeti kako se djeca snalaze u konfliktnim situacijama. Jedan od razloga je i nedovoljna razvijenost empatije koju se kroz ove radionice pokušalo unaprijediti, kao i samostalno rješavanje konflikta mirnim putem.

4.1. Cilj i svrha praktičnog dijela

Cilj i svrha praktičnog dijela je uvidjeti stupanj razvijenost empatije kod djece te ju poboljšati kako bi se smanjio broj konflikata. Također cilj je potaknuti dječju empatiju kako bi pomoću nje samostalno rješavala konflikte. Svrha se u ovom slučaju temelji na praksi. Želi se programom radionica unaprijediti dječje socijalne vještine, a naglasak je na empatiji koja pomaže djeci u konstruktivnom rješavanju konflikata.

4.2. Zadatci i hipoteza

S obzirom na ciljeve praktičnog dijela, postavljeni su sljedeći zadatci i hipoteze. Prvi zadatak je utvrditi razinu empatije prema procjenama odgojiteljica. Pretpostavlja se da će djeca emocionalno reagirati na tuđu nesreću te na priče, pjesme i ilustracije u slikovnicama.

Na temelju utvrđene razine empatije osmišljene su aktivnosti radionice čiji je cilj poboljšati dječju empatiju i poučiti ih samostalnom rješavanju konflikta. Prema tome, drugi zadatak je utvrditi postoji li napredak u empatiji nakon odrađenih radionica te poboljšanje u rješavanju konflikta. Pretpostavlja se da će djeca nakon radionica bolje raspoznavati tuđe emocije i manje ulaziti u konflikte.

Treći zadatak je utvrditi utječe li spol na empatiju i samostalno rješavanje konflikta. Pretpostavlja se kako se djevojčice manje sukobljavaju od dječaka te da više pokazuju empatiju.

4.3. Ispitanici

Ispitanici su odgojiteljice i djeca vrtićke dobi. Skupina broji dvadesetero djece, starosti od četvrte do sedme godine života. U skupini se nalazi trinaest dječaka i sedam djevojčica te ni jedno od njih nema poteškoća. Važno je napomenuti kako u skupini boravi dijete koje je dobilo odgodu od škole.

4.4. Instrumenti korišteni u praktičnom dijelu

Za izradu praktičnog dijela upotrijebljene su dvije evidencijske liste. Jedna je bila namijenjena odgojiteljicama te se ona ispunjavala prije početka radionica. Druga lista namijenjena je za procjenu empatije, konflikata i suradnje, a ispunjavala se nakon odrađenih radionica. Obje evidencijske liste imaju iste aspekte koji se jedino razlikuju u formi rečenica. Također bitno je napomenuti kako su evidencijske liste posebno sastavljene za praktični dio.

Evidencijska lista za odgojiteljice ispunjena je posebno za svako dijete. Ona se sastoji od sljedećih aspekata: samostalna igra, igra u skupini vršnjaka, uznemirenost zbog nesreće drugog djeteta, emocionalna reakcija na priče, pjesme, ilustracije u slikovnicama, teško prihvaćanje nemogućnosti da se dobije ono što se želi, konflikti s drugom djecom, umirenje konfliktne situacije među drugom djecom, samostalno nuđenje pomoći, dijeljenje vlastitih igračaka s drugom djecom, isprika prilikom krivnje, prepoznavanje osnovnih emocija, suradnja u grupnim aktivnostima i dijeljenje sredstava, čekanje na red u grupnim aktivnostima, sposobnost opisivanja tuđih osjećaja, poštivanje pravila igre, zabrinutost u situaciji viđenja životinje u opasnosti, zabrinutost u situaciji viđenja drugog djeteta u opasnosti.

Drugu evidencijsku listu ispunjava voditeljica radionica (Martina Kutija) tijekom provođenja aktivnosti. U njemu se nalaze sljedeći aspekti: empatija (razumijevanje osnovnih emocija, sposobnost opisivanja tuđih osjećaja, uznemirenost zbog nesreće drugog djeteta, emocionalno reagiranje na priču, pomaganje drugoj djeci u problemskim situacijama) i konflikti (čekanje na red u grupnim aktivnostima, često ulaženje u konflikte s drugom djecom,

rješavanje konfliktnih situacija mirnim putem, u igri sa zajedničkim sredstvom dolazi do sukoba između djece).

4.5. Metode i postupci

Praktični dio proveden je u dječjem vrtiću "Radost" u Selcima. Prije početka praktičnog dijela uručene su molbe odgojiteljicama iz skupine i ravnateljici vrtića. Nakon odobrenih molbi odgojiteljice su dobile evidencijske liste koje su popunile u roku od tjedan dana. Nakon ispunjenih lista započeo je tjedan radionica koji je trajao od 17. – 21. kolovoza 2015. godine, a radionice su trajale okvirno 20 minuta. Radionice su bile raznolikih sadržaja, a tematski su vezane za poboljšanje dječje empatije kako bi bilo manje konflikata među djecom te da bi bolje surađivali. Prvi dan radionica bio je posvećen upoznavanju djece, dva dana bila su posvećena razvoju empatije, a ostala dva konfliktima, odnosno njihovom samostalnom rješavanju.

1. Dan – 17.8.2015.

Prvi dan radionica bio je opservacijskog tipa. Bilo je potrebno je upoznati djecu i vidjeti kako se ponašaju u slobodnim, ali i planiranim aktivnostima. Prilikom dolaska ispitivača u grupu djeca su se predstavila. Tijekom promatranja djece vodila se usporedba njihovog ponašanja i rezultata dobivenih od odgojiteljica.

2. Dan – 18.8.2015.

Drugi dan radionica razgovaralo se o emocijama. Aktivnost se provodila u formaciji kruga. Djeci su nasumično pokazivane fotografije na kojima su se nalazile osobe s različitim ekspresijama lica, a ekspresije su predstavljale emocije. Kasnije su djeci upućivana pitanja da opišu situacije kada su se osjećali sretno, tužno i slično.

Poslije razgovora i pitanja djeci je ponuđeno da nacrtaju kako se osjećaju. Kasnije su se djeca vratila svojim slobodnim aktivnostima.

3. Dan – 19.8.2015.

Treći dan radionice provela se aktivnost u formaciji polukruga. Djeci se čitala slikovnica "Baš mi je žao". Slikovnica govori o važnosti isprike kada pogriješimo. Nakon pročitane slikovnice djeci su postavljana pitanja. Jedno od pitanja je bilo: „Što moramo reći

kada pogriješimo ili povrijedimo prijatelja?“. Djeca su dobila zadatak da nacrtaju najdraži lik iz slikovnice i objasne zašto su baš njega odabrali. Dok su djeca crtala upućivana su im pitanja o likovima koje crtaju.

4. Dan – 20.8.2015.

Četvrtog dana provodila se zanimljiva aktivnost nazvana "Kazalište". Ona se provodila u parovima. Djeca su nasumično podijeljena u parove. Za početak bi svaki par sjeo za stol s ispitivačem u mirni kutak sobe, zatim bi uslijedio uvod u kojem su djeci postavljanja pitanja znaju li što je kazalište i glumci. Zadatak je bio da djeca moraju odglumiti određenu situaciju, na primjer : „Netko ti je oteo igračku s kojom se igraš. Što ćeš napraviti?“, „prijatelj ti je rekao ružnu riječ. Što ćeš napraviti?“ i slično. Kako bi djeci bilo lakše dani su im primjeri, no zainteresiranost za ovu radionicu nije bila velika.

5. Dan – 21.8.2015.

Petog dana radionica čitala se slikovnica "Jakov je izgubio najdražu igračku". Slikovnica govori o dječaku koji je izgubio svoju igračku i to ga je jako rastužilo. Poanta priče je pokazivanje svojih osjećaja i da ih se ne sramimo pa makar i one "negativne". Djeci su postavljana pitanja: „Kako se Jakov osjećao zbog odlaska roditelja?“, „Kako se osjećao kada je vidio baku?“ i slično.

Nakon čitanja slikovnice uslijedila je izmišljena igra "Bolnica". Iz ove igre željelo se vidjeti stupanj razvijenosti empatije kod djece te pokazuju li je u ovakvoj situaciji. Igra je zamišljena na način da jedno ili nekoliko djece dobije ulogu doktora, a ostala bi djeca sa svojim "bolesnim" igračkama dolazili na liječenje. Na kraju radionica djeca su pohvaljena za lijepu suradnju te je proveden razgovor o zajedničkom tjednu.

4.6. Rezultati i rasprava

U sljedećim tablicama prikazani su rezultati procjena odgojiteljica, ispitivača te usporedbi spolova u posljednjoj tablici. Nakon svake tablice raspravljaju se rezultati te se utvrđuju ili odbacuju donesene hipoteze.

4.6.1. Procjene odgojiteljica za empatiju, konflikte i suradnju

Prvi zadatak je bio utvrditi razinu empatije prema procjenama odgojiteljica. Pretpostavlja se da će djeca emocionalno reagirati na tuđu nesreću te na priče, pjesme i ilustracije u slikovnicama. Rezultati koji se nalaze u tablici koja slijedi odnose se na procjene odgojiteljica.

Tablica 1. Prikaz učestalosti empatije, konflikata i suradnje prema procjenama odgojiteljica

TVRDNJE		ODGOVORI IZRAŽENI U POSTOCIMA I UČESTALOST (f)			
		Nikad	Povremeno	Često	Uvijek
EMPATIJA	1. Zna prepoznati osnovne emocije	/	7 35%	13 65%	/
	2. Sposobno je opisati tuđe osjećaje	1 5%	7 35%	12 60%	/
	3. Uznemirava ga nesreća druge djece	/	14 70%	6 30%	/
	4. Emocionalno reagira na priče, pjesme, ilustracije u slikovnicama	1 5%	13 65%	6 30%	/
	5. Izražava zabrinutost kada vidi životinju u opasnosti	/	10 50%	10 50%	/
	6. Izražava zabrinutost kada vidi drugo dijete u opasnosti	/	9 45%	11 55%	/
SURADNJA	7. Dijeli vlastite igračke s drugom djecom	/	12 60%	6 30%	2 10%
	8. Poštuje pravila igre	/	10 50%	9 45%	1 5%
	9. Tijekom grupnih aktivnosti čeka na svoj red	/	9 45%	10 50%	1 5%
	10. Tijekom grupnih aktivnosti surađuje i dijeli sredstva	1 5%	7 35%	10 50%	2 10%
	11. Samostalno nudi pomoć	2 10%	15 75%	3 15%	/
	12. Preferira samostalnu igru	1 5%	16 80%	3 15%	/
	13. Preferira igru u skupini vršnjaka	/	6 30%	14 70%	/
KONFLIKT	14. Teško prihvaća kada ne može dobiti ono što želi	/	10 50%	7 35%	3 15%
	15. Ulazi u konflikte s drugom djecom	1 5%	15 75%	4 20%	/
	16. Pokušava smiriti konfliktnu situaciju među vršnjacima	6 30%	13 65%	1 5%	/

	17. Ispriča se kad je u krivu	1 5%	13 65%	5 25%	1 5%
--	-------------------------------	---------	-----------	----------	---------

Prema dobivenim postotcima djeca češće preferiraju igru s vršnjacima (70%) a samostalnu igru biraju samo povremeno (80%). Što se tiče dijeljena vlastitih igračaka tijekom igre, sva djeca ih dijele, ali samo povremeno (60%). Tijekom grupnih aktivnosti polovica djece u grupi dijele sredstva, surađuju i čekaju na svoj red (50%). U društvenim igrama pravila poštuju samo povremeno (50%). Iz ovih rezultata može se zaključiti kako se djeca vole družiti međusobno te da dobro surađuju u aktivnostima.

Većina djece (65%) zna prepoznati osnovne emocije, ali ne uvijek. Samo povremeno (70%) ih uznemirava nesreća druge djece. 60% djece često zna opisati tuđe osjećaje, a tijekom čitanja priča ili slušanja pjesama samo povremeno emocionalno reagiraju (65%).

75% djece povremeno ulazi u konflikte s drugom djecom. Čak njih 15% teško se nosi sa situacijama kada ne mogu dobiti ono što žele. 30% djece nikad nisu pokušali smiriti konfliktnu situaciju, samo 5% djece čini to često.

Prema procjenama odgojiteljica dolazi se do zaključka da se razvoj dječje empatije kreće u dobrom smjeru, odnosno da su njihovo ponašanje i postupci normalni za djecu predškolske dobi. U rezultatima se može vidjeti kako djeca još uvijek nisu usavršila prepoznavanje tuđih osjećaja, no većina ih je spremna pomoći prijatelju u nevolji. U ovom razdoblju učenje empatije temelji se na razgovoru i postavljanju hipotetskih pitanja te davanjem primjera. Takav način rada potrebno je ostvariti u radionicama jer je blizak djeci i nastavlja se na dosadašnji stupanj njihovog razvoja.

4.6.2. Stanje empatije, konflikata i suradnje nakon radionica

Drugi zadatak je utvrditi postoji li napredak u empatiji nakon odrađenih radionica te poboljšanje u rješavanju konflikta. Pretpostavlja se da će djeca nakon radionica bolje raspoznavati tuđe emocije i manje ulaziti u konflikte.

U sljedećoj tablici u kojoj se nalaze procjene ispitivača vidjet će se je li se radionicama unaprijedila empatija i rješavanje konflikata kod djece. Procjene su vršene na kraju odrađenih radionica.

Tablica 2. Prikaz učestalosti empatije, konflikta i suradnje prema procjenama ispitivača

TVRDNJE		ODGOVORI IZRAŽENI U POSTOCIMA I UČESTALOST (f)			
		Nikad	Povremeno	Često	Uvijek
EMPATIJA	1. Razumije osnovne emocije	/	6 30%	13 65%	1 5%
	2. Sposobno je opisati tuđe osjećaje	/	12 60%	7 35%	1 5%
	3. Uznemirava ga nesreća druge djece	/	18 90%	2 10%	/
	4. Tijekom čitanja priče emocionalno reagira	1 5%	15 75%	4 20%	/
SURADNJA	5. Tijekom grupnih aktivnosti čeka na svoj red	/	11 55%	8 40%	1 5%
	6. Tijekom grupnih aktivnosti surađuje i dijeli sredstva	/	7 35%	12 60%	1 5%
	7. Pomaže drugoj djeci u problemskim situacijama	4 20%	14 70%	2 10%	/
KONFLIKT	8. Konfliktno situacije uspijeva rješavati razgovorom	2 10%	18 90%	/	/
	9. U igri s ostalom djecom često ulazi u konflikte	1 5%	18 90%	1 5%	/
	10. Tijekom igre u paru, istim sredstvom, dolazi do sukoba	/	19 95%	1 5%	/

Razliku možemo vidjeti kod grupnih aktivnosti gdje 60% djece surađuje i dijeli sredstva, što je za 10% više nego prije radionica. Što se tiče pristojnog čekanja na svoj red u grupnim aktivnostima, nije došlo do značajnih promjena. Kod pomaganja drugoj djeci rezultati su ostali isti te djeca i dalje nude pomoć samo povremeno.

Nakon provedenih radionica djeca se puno manje sukobljavaju. Sada većina djece (90%) samo povremeno ulazi u konflikte. Kod prepoznavanja emocija može se vidjeti mali,

ali značajan napredak. Sposobnost opisivanja tuđih emocija nije napredovala kod djece, stoga se na tom aspektu još treba poraditi. Tijekom čitanja slikovnice ili knjige djeca jednako emocionalno reaguju kao prije, nekada bolje nekada lošije, sve ovisi o sadržaju i o njihovoj koncentraciji.

Kod suradnje nije došlo do značajnih promjena. Djeca još uvijek rijetko pomažu i samostalno nude pomoć. Često se javljaju konflikti zbog nedjeljenja sredstava u planiranim aktivnostima, ali i slobodnoj igri. Prvog dana radionica moglo se zamijetiti nepoštivanje pravila redoslijeda u igri „Čovječe ne ljuti se“. Četvorici dječaka bio je potreban poticaj i usmjerenje nakon kojeg su nastavili igru bez nesuglasica.

Nakon odrađenih radionica i usporedbe rezultata prije i poslije dolazi se do zaključka kako su aspekti empatije najviše unaprijeđeni. To se moglo primijetiti trećeg i zadnjeg dana radionica kod čitanja slikovnice „Baš mi je žao“ i igre „Bolnica“. Igra je zainteresirala djecu što se moglo vidjeti po njihovoj uživiljenosti u nju. Ovi rezultati potvrđuju postavljenu hipotezu, a napredak je vidljiv u smanjenju sukoba i boljem prepoznavanju emocija. Drugog dana radionica djeca su uspjela prepoznati gotovo sve emocije prikazane na fotografijama te su znali povezati emociju s događajem.

4.6.3. Spolne razlike u empatiji, konfliktima i suradnji

Treći zadatak je utvrditi utječe li spol na empatiju i samostalno rješavanje konflikta. Pretpostavlja se kako su djevojčice psihički zrelije od dječaka te da imaju bolju razvijenu empatiju, stoga se kod njih javlja manje konflikata.

Tablica 3. Spolne razlike u empatiji, konfliktima i suradnji

		SPOL	Prosječna vrijednost	t	sd	p
EMPATIJA	1. Zna prepoznati osnovne emocije	Dječaci	2,69	,517	,480	,612
		Djevojčice	2,57	,499	,535	,627
	2. Sposobno je opisati tuđe osjećaje	Dječaci	2,54	-,113	,660	,911
		Djevojčice	2,57	-,121	,535	,905
	3. Uznemirava ga nesreća druge djece	Dječaci	2,31	,097	,480	,924
		Djevojčice	2,29	,097	,488	,925
	4. Emocionalno reagira na priče,	Dječaci	2,15	-1,069	,555	,299

	pjesme, ilustracije u slikovnicama	Djevojčice	2,43	-1,082	,535	,299
	5. Izražava zabrinutost kada vidi životinju u opasnosti	Dječaci	2,38	-1,406	,506	,177
		Djevojčice	2,71	-1,442	,488	,179
	6. Izražava zabrinutost kada vidi drugo dijete u opasnosti	Dječaci	2,46	-1,060	,519	,303
		Djevojčice	2,71	-1,080	,488	,299
SURADNJA	7. Dijeli vlastite igračke s drugom djecom	Dječaci	2,62	1,023	,650	,320
		Djevojčice	2,29	,976	,756	,350
	8. Poštuje pravila igre	Dječaci	2,54	-,113	,660	,911
		Djevojčice	2,57	-,121	,535	,905
	9. Tijekom grupnih aktivnosti čeka na svoj red	Dječaci	2,62	,153	,650	,880
		Djevojčice	2,57	,162	,535	,873
	10. Tijekom grupnih aktivnosti surađuje i dijeli sredstva	Dječaci	2,62	-,276	,768	,786
		Djevojčice	2,71	-,278	,756	,786
	11. Samostalno nudi pomoć	Dječaci	2,15	1,259	,555	,224
		Djevojčice	1,86	1,413	,378	,176
	12. Preferira samostalnu igru	Dječaci	2,08	-,307	,494	,762
		Djevojčice	2,14	-,333	,378	,743
13. Preferira igru u skupini vršnjaka	Dječaci	2,69	-,097	,480	,924	
	Djevojčice	2,71	-,097	,488	,925	
KONFLIKT	14. Teško prihvaća kada ne može dobiti ono što želi	Dječaci	2,69	,338	,751	,739
		Djevojčice	2,57	,333	,787	,745
	15. Ulazi u konflikte s drugom djecom	Dječaci	2,15	,047	,555	,963
		Djevojčice	2,14	,052	,378	,959
	16. Pokušava smiriti konfliktnu situaciju među vršnjacima	Dječaci	1,85	1,069	,555	,299
		Djevojčice	1,57	1,082	,535	,299
	17. Ispriča se kad je u krivu	Dječaci	2,38	,777	,768	,447
		Djevojčice	2,14	,943	,378	,358

Kod aspekta empatije nema značajnih razlika. Dok djevojčice bolje prepoznaju osnovne emocije, dječaci su ih sposobni bolje opisati. Djeca jednako reaguju na slušanje priča i pjesama. Kod suradnje se može primijetiti kako djevojčice više vremena provode u grupnoj igri od dječaka. Također više dijele vlastite igračke s drugom djecom. U aktivnostima djeca u jednakom broju dijele sredstva. Kod konfliktnih situacija dječaci lakše prihvaćaju

odbijanje i samostalno se ispričaju za razliku od djevojčica. I djevojčice i dječaci u jednakom broju pokušavaju smiriti konfliktu situaciju.

Ove procjene vršene su na temelju procjena odgojiteljica. Broj dječaka i djevojčica nije podjednak, stoga se to mora uzeti u obzir kod interpretiranja rezultata. Pretpostavilo se kako se djevojčice manje sukobljavaju što je potvrđeno, ali se dječaci lakše ispričaju kada su krivi.

4.7. Rasprava

Nakon provedenog praktičnog dijela doneseni su rezultati za svaki zadatak. Prvi zadatak bio je utvrditi razinu dječje empatije. Na temelju procjena odgojiteljica može se utvrditi da je dječja empatija na očekivanom stupnju za djecu te dobi. Takvi su rezultati očekivani i sukladni teorijskom dijelu. Djeca u toj dobi prvenstveno uče empatiju od svojih roditelja. Oni moraju razgovarati s njima o njihovim i tuđim osjećajima te ima davati primjere i navoditi ih na pravi put.

Drugi zadatak bio je unaprijediti aspekte empatije, konfliktata i suradnje. Zadatak je uspješno realiziran, iako napredak nije velik. Ovakav je rezultat očekivan. Najviše je unaprijeđena empatija, a suradnja u najmanjem postotku. Za razvoj svih triju aspekata i dobivanje većeg napretka potreban je kontinuirani rad s djecom tijekom cijele godine.

Zadnjim zadatkom željelo se uvidjeti ima li značajnih razlika između spolova. U rezultatima se može vidjeti kako su razlike sitne i neznčajne, što je i očekivano. Djeca u toj dobi jako se malo razlikuju mentalno, ali i fizički. Tek se kasnije, odnosno u pubertetu javljaju veće razlike.

5. ZAKLJUČAK

Jedan od uzroka čestih konflikata među djecom vrtićke dobi jest nedovoljno razvijena empatija. U toj dobi ona ne može biti u potpunosti razvijena stoga se o njoj mora učiti, a dijete prve doticaje s empatijom dobiva već u najranijem djetinjstvu.

Empatija je jedna od važnih socijalnih vještina koja se razvija cijeli život. Kada čovjek nauči razumjeti sebe i svoje osjećaje lakše će razumjeti tuđe. Fraza koja opisuje empatiju je „hodati u tuđim cipelama“, koja govori kako je to zapravo sposobnost stavljanja u tuđu poziciju. Djeci je to vrlo teško, stoga se radionicama nastojalo unaprijediti njihovu empatiju kako bi bilo što manje konflikata među njima.

Prije samih radionica utvrđen je stupanj razvoja dječje empatije, njihove sposobnosti rješavanja konflikata te kako se odnose jedni prema drugima tijekom grupnih aktivnosti kada moraju surađivati. Iz procjena odgojiteljica zaključuje se kako djeca najviše vremena provode u društvu druge djece, a samo povremeno igraju se sami. Reakcija na priče i pjesme javlja se ovisno o interesu i koncentraciji. Većina djece povremeno se sukobljava, a nešto manji postotak djece pokušava smiriti konfliktnu situaciju.

Radionice su uspješno realizirane jer se u rezultatima mogao vidjeti napredak. Najveći napredak vidi se kod smanjenja broja sukoba i bolje suradnje djece. Poželjno bi bilo kada bi se o ovoj temi više govorilo u vrtićima. Najviše bi se trebalo raditi na razumijevanju tuđih emocija i rješavanju konflikata. Ne smiju se naravno zapostaviti ni ostale socijalne vještine jer bez njih međuljudski odnosi ne bi bili potpuni.

6. LITERATURA

1. Ajduković, M., Pečnik, N. (2007). *Nenasilno rješavanje sukoba*. Zagreb: Alineja.
2. Aronson, A., Wilson, T. D., Akert, R. M. (2005). *Socijalna psihologija*. Zagreb: MATE d.o.o
3. Deredel – Rogeon, S., Mazali, G. (2005). *Jakov je izgubio najdražu igračku*. Zadar: Forum.
4. Fabian, A., P. (2008). *Empatija kod djece*.
Dostupno na: http://www.skole.hr/roditelji/savjeti?news_id=1836. Prikupljeno: 5.8.2015.
5. Greenspan, S., I. (2009). *Sjajni klinici*. Buševac: Ostvarenje.
6. Hoffman, M., L. (2003). *Empatija i moralni razvoj – značaj za brigu i pravdu*. Beograd: Dereta.
7. Katz, L., G., McClellan, D., E. (1999). *Poticanje razvoja dječje socijalne kompetencije*. Zagreb: Educa.
8. Laniado, N. (2009). *Ja se volim igrati sa drugom djecom*. Rijeka: Studio Tim.
9. Prodanović, Lj. (1998). *Dete hoće, a vi?*. Beograd: Svjetlost.
10. Raboteg-Šarić, Z. (1995). *Psihologija altruizma*. Zagreb: Alinea.
11. Rijavec, M., Miljković, D. (2002). *Kako rješavati konflikte*. Zagreb: IEP
12. Titulaer, A. (2012). *The Power of Empathy in Conflict Resolution*. Dostupno na: http://www.monitor.upeace.org/innerpg.cfm?id_article=907. Prikupljeno: 28.10.2015.
13. Weismann, I. (2006). *Baš mi je žao*. Zagreb: Egmont.
14. Zdenković, R. (2013). *Djeca i svadanje: što djeca uče kroz sukobe*. Dostupno na: <http://www.poliklinika-djeca.hr/aktualno teme/djeca-i-svadanje-sto-djeca-uce-kroz-sukobe/>. Prikupljeno: 22.9.2015.

7. SAŽETAK

Empatija je sposobnost razumijevanja tuđih emocija. S njome se ne rađamo već je razvijamo cijeloga života. Prvi doticaji s empatijom javljaju se još u najranijem djetinjstvu. Djeca uče o empatiji prvenstveno od svoje obitelji a zatim i okoline, stoga je vrlo bitno davati djetetu dobre primjere i pohvaliti ih kada pokažu empatiju na pravi način.

Empatija spada u socijalne vještine i ključna je za dobre međuljudske odnose. Ne ovladamo li empatijom i ostalim socijalnim vještinama češće ćemo ulaziti u konflikte. Konflikti ne donose samo negativno. Djeca pomoću konflikata jasno izražavaju svoje želje i potrebe. Bitno je naravno znati kako konstruktivno riješiti sukob kako bi obje strane bile zadovoljne. Za to je potrebna suradnja.

Zbog čestih konflikata među djecom vrtićke dobi provedene su radionice kojima se pokušalo unaprijediti njihovu empatiju, način rješavanja konflikata i suradnju. Radionice su trajale pet dana. Sve aktivnosti na radionicama prilagođene su djeci te su bliske njihovim svakodnevnim aktivnostima u vrtiću. Praktični dio vodi do zaključka kako su svi zadatci uspješno realizirani a hipoteze potvrđene. U rezultatima se može vidjeti mali, ali značajan napredak. Razlike između spolova nisu značajne. Djeca se manje sukobljavaju te bolje surađuju. Na aspektima kao što su prepoznavanje tuđih emocija i pomaganje drugoj djeci, treba raditi. Emocionalna reakcija djece na čitanje slikovnica, slušanje pjesama i priča ovisi o njihovoj koncentraciji i interesu. Kako bi djeca i dalje gradila empatiju ali i ostale socijalne vještine te samostalno rješavala konflikte, potrebno je češće provoditi aktivnosti na ovu temu.

KLJUČNE RIJEČI:

empatija, konflikt, suradnja, dijete, socijalne vještine, radionica

8. SUMMARY

Empathy is the capacity to understand or feel what another person is feeling. We are not born with it, but we are developing it through our entire lives. First encounters with empathy were felt while we were still children. Children learn about empathy mainly from their families and environment, so it is very important to provide the child with good behavioral examples and praise them when they show their empathy in the right way.

Empathy is categorized under social skills and it is crucial for positive human interactions. If we do not develop our empathy or other social skills we will often face conflicts in our lives. Conflicts aren't only negative, children express their feeling and needs through them. It is important to know how to solve conflicts constructively so that both sides are satisfied. For that we need cooperation.

Because kindergarten children often get into conflicts the workshops were implemented into kindergarten programs that would seek to improve the children's empathy, their ways of solving conflicts and cooperation. The workshops lasted for five days. All of the activities in that workshops were adjusted for the kids and the program was relatable to their daily activities in the kindergarten. At the end of a practical part it can be concluded that all the assignments and hypotheses are successful. In the results we can see a small but significant improvement. In order for kids to continue building empathy, other social skills and independently solve conflicts, it is necessary to create more activities related to this topic.

KEYWORDS:

empathy, conflicts, cooperation, child, social skills, workshop.