

# Važnost poticanja razvoja emocionalne inteligencije i emocionalnog razvoja djeteta

---

Čančar, Antonia

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:137:710571>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-01-10**



Repository / Repozitorij:

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



Sveučilište Jurja Dobrile u Puli  
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

**ANTONIA ČANČAR**

**VAŽNOST POTICANJA RAZVOJA EMOCIONALNE INTELIGENCIJE I  
EMOCIONALNOG RAZVOJA DJETETA RANE I PREDŠKOLSKE DOBI**

Završni rad

Pula, listopad 2023.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli  
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

**ANTONIA ČANČAR**

**VAŽNOST POTICANJA RAZVOJA EMOCIONALNE INTELIGENCIJE I  
EMOCIONALNOG RAZVOJA DJETETA RANE I PREDŠKOLSKE DOBI**

Završni rad

**JMBAG:** 0116159086

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

**Predmet:** Psihologija rane i predškolske dobi

**Znanstveno područje:** područje društvenih znanosti

**Znanstveno polje:** psihologija

**Znanstvena grana:** razvojna psihologija

**Mentorica:** dr. sc. Martina Mavrinac, izv. prof.

Pula, 2023.



## IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisana **Antonia Čančar**, 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, **Antonia Čančar**, dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj završni rad pod nazivom **Važnost poticanja razvoja emocionalne inteligencije i emocionalnog razvoja djeteta rane i predškolske dobi** koristi na način da gore navedeno autorsko djelo kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu sa Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima i dobrom akademskom praksom, radi promicanja otvorenoga, slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama.

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

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

Potpis

\_\_\_\_\_

## Sadržaj

UVOD .....	1
1. OPĆI POJMOVI EMOCIJA I INTELIGENCIJE .....	3
1.1. Klasifikacija emocija i inteligencije .....	5
2.1.1. Emocije .....	5
2.1.2. Inteligencija .....	9
1.2. Emocionalne kompetencije .....	12
1.3. Potreba za emocijama .....	14
2. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA .....	16
2.1. Opći pojam emocionalne inteligencije .....	17
2.2. Modeli emocionalne inteligencije .....	18
2.3. Utjecaj obitelji na razvoj emocionalne inteligencije .....	22
3. EMOCIONALNI RAZVOJ DJETETA RANE I PREDŠKOLSKE DOBI .....	26
3.1. Razvoj emocija tijekom dojenačke dobi i najranijeg djetinjstva .....	27
3.2. Razvoj emocija tijekom ranog djetinjstva .....	30
3.3. Uloga odgojitelja u razvoju emocija .....	31
3.3.1. Aktivnosti za razvoj emocionalne inteligencije kod djece .....	33
4. ZAKLJUČAK .....	41
POPIS LITERATURE .....	42
POPIS SLIKA I TABLICA .....	45
SAŽETAK .....	46
SUMMARY .....	47

## UVOD

Od samog početka svog postojanja ljudska bića su ujedno racionalna i emocionalna bića. Ljudske su se emocije razvijale tijekom evolucije čovjeka prvenstveno kao jedan od mehanizama preživljavanja, te su bile ključ uspjeha u prilagođavanju različitim situacijama i događanjima kao primjerice prilikom izbjegavanja opasnosti ili sprječavanja ozljeda. Stoga ne čudi kako se emocijama pridaje velika pažnja, s obzirom na njihovo sudjelovanje u definiranju identiteta osobe, i to od njezinih najranijih dana pa sve do odrasle dobi. Osim emocija, ljudska su bića razvila i inteligenciju. Odnosno čovjek je tijekom svog evolutivnog procesa stekao sposobnosti razmišljanja i snalaženja koje su mu pomagale u svakodnevnim aktivnostima, te usmjeravale njegovo djelovanje. Nadalje, iz pojmova emocija i inteligencije razvio se i pojam emocionalne inteligencije koja podrazumijeva svjesnost o emocijama te mogućnost prihvaćanja i upravljanja istima i prepoznavanje emocija kod drugih ljudi.

Predmet ovog rada je prikaz osnovnih pojmova koji se povezuju s emocijama i emocionalnom inteligencijom kod djece u prvim razdobljima njihove razvojne dobi. Cilj rada je analizirati važnost emocionalnog razvoja djeteta rane i predškolske dobi unutar obitelji i u ustanovi ranog i predškolskog odgoja te prikazati utjecaj roditelja, obitelji i odgojitelja u procesu razvoja emocionalne inteligencije kod djeteta.

Rad se sastoji od nekoliko osnovnih poglavlja. Prvo poglavlje prikazuje opći pojam emocija i inteligencije te njihove najčešće klasifikacije, zajedno s fiziološkim podlogama koje su nužne prilikom ostvarenja emocija. Drugo poglavlje rada prikazuje opći pojam emocionalne inteligencije, općeprihvaćene modele emocionalne inteligencije, odrednice iste, kao i način i prihvaćene metode mjerenja iste. Posljednji dio ovog poglavlja prikazuje utjecaj obitelji na razvoj emocionalne inteligencije kod djece. Treće poglavlje odnosi se na emocionalni razvoj djece rane i predškolske dobi te je pritom riječ o razvoju

emocija kroz nekoliko faza djetetova života. Prvenstveno je prikazana dojenačka dob i najranije djetinjstvo te rano djetinjstvo. Također, istaknuta je i uloga odgojitelja u ustanovama za rani i predškolski odgoj i obrazovanje u poticanju emocionalnog razvoja kod djece.



## 1. OPĆI POJMOVI EMOCIJA I INTELIGENCIJE

Pojam emocije razvio se iz latinskog izraza *motere*, odnosno glagola koji ima značenje „kretati se“, a dodan mu je i prefiks „e“ koji se odnosi na odmicanje. Prema tome, emocije je moguće definirati kao impulse koji su prisutni unutar čovjeka, a koji ih potiču na određene vrste djelovanja (Goleman, 2004).

Također, emocije je moguće definirati i na način da se iste prikazuje kao uznemirenosti uma te uzbuđenje u mentalnom stanju pojedinca uzrokovano bilo kojim snažnim mentalnim ili instinktivnim osjećajima, kao što je užitak, tuga, nada ili strah, a koji mogu biti potaknuti i vanjskim okolnostima, raspoloženjem ili odnosima s drugim ljudima. Kako bi se na pravilan način mogle definirati emocije, potrebno je razlikovati i dva osnovna pojma, prvi se odnosi na emocionalni um, a drugi na racionalni um. Pod racionalnim umom se podrazumijeva oblik shvaćanja koji podrazumijeva svijest, promišljenost, razmatranje i analizu, dok se emocionalni um s druge strane smatra impulzivnim, snažnim i vrlo često nelogičnim. Vrlo je važno istaknuti i kako ova dva uma uglavnom rade usklađeni, isprepliću se te se između njihova djelovanja ostvaruje određeni oblik ravnoteže. Na takav način osigurava se pritjecanje emocija i ostvarivanje informacija potrebnih za neometano funkcioniranje racionalnog uma, dok sam racionalni um iste pročišćava i donosi odluke o primjerenim emocijama. I emocionalni i racionalni oblik uma smatraju se djelomično neovisnima, dok zasebno svaki od njih odražava funkcioniranje vrlo jasno podijeljenih, ali i međusobno povezanih krugova odnosno dijelova mozga (Goleman, 2004).

Emocionalna funkcionalnost kod ljudi može biti uskraćena i to na način da se izvodi postupak prefrontalne lobotomije, zahvata koji se u prošlosti koristio kao jedan od lijekova kod duševnih bolesnika. Naime, prefrontalni korteks je u funkciji upravljača emocijama odnosno isti upravlja reakcijama prije njihove primjene te utječe na prigušivanje signala koji aktiviraju i odašilju amigdale te ostali limbički centri. Spomenuti zahvat podrazumijeva uklanjanje dijela prefrontalnih režnjeva te ukidanje veza između prefrontalnog korteksa i drugih,

niže položenih dijelova mozga. Unutar desnog frontalnog režnja locirano je i središte za osjećaje poput straha ili agresije, dok su u lijevom frontalnom režnju smješteni centri koji kontroliraju pojavu takvih, neugodnih emocija. Zapravo, isti ima sposobnost kontrolirati gotovo sve osim onih najsnažnijih navala negativnih emocija. Prekid povezanosti ovih dviju strana utječe na prividno poboljšanje pacijentovog stanja. Međutim, ovakvim su se načinom, osim ključnih moždanih funkcijskih krugova uništavale i mogućnosti pacijentovog normalnog emocionalnog funkcioniranja, prvenstveno iz razloga što isti više nije bio u mogućnosti shvatiti zahtijeva li pojedina situacija ili okolnost njegovu emocionalnu reakciju ili ne (Berk, 2008).

Nadalje, pojam inteligencije proizlazi iz latinskog izraza *intelligere* koji u prijevodu znači razumijevanje. Naime, inteligencija se povezuje sa sposobnostima učenja, razumijevanja i razmišljanja o stvarima i pojavama koristeći se smislenim načinima (Oxford English Dictionary, 2023).

U analizi pojma inteligencije očigledno je njegovo široko značenje. Zapravo, za isti se može istaknuti kako uključuje sposobnosti razmišljanja te uspješnost u rješavanju problema, ali i sposobnosti brze prilagodbe novonastalim situacijama. Osim toga, pojam inteligencije se može okarakterizirati i kao određene oblike nadarenosti u intelektualnim aktivnostima, dok se inteligentnost smatra osobinom one osobe koja je inteligentna, odnosno bistroumna ili oštroumna (Erjavec, 2021).

Nadalje, inteligenciju je, s druge strane, moguće definirati i kao jedno od svojstava koje utječe na uspješnost snalaženja pojedinih osoba u novonastalim situacijama, u kojima nema koristi od stereotipnog nagonskog ponašanja, niti naučenih i stečenih navika, vještina i znanja. Osim toga, istu je moguće opisati i kao obilježje osobe da pronađe nove i prilagodi postojeće reakcije prema prilikama bilo kojeg oblika. Ipak, potrebno je istaknuti i kako značajan broj autora ističe problem nesuglasnosti psihologa prilikom iznalaženja točne i jedinstvene definicije inteligencije. Prema tome, određene inteligencije moguće je uvjetno podijeliti na psihometrijsku i alternativnu. Psihometrijska podrazumijeva postojanje tradicionalnog shvaćanja i objašnjenja inteligencije kao sposobnosti osobe o kojoj ovise i mogući intelektualni dosezi pojedinca,

odnosno njegove obrazovne razine te profesionalna dostignuća. Osim toga, moguće je promatrati i alternativna određenja sukladno kojima se inteligencija definira u kontekstu ekološkog i kulturalnog okruženja unutar kojega pojedinac djeluje i ostvaruje se kao osoba. Prema tome, pojam inteligencije predstavlja samo jedan od konvencionalnih naziva koji se povezuje sa sklopom osobina i dispozicija koje zahvaljujući različitim mogućnostima kombinacije rezultiraju reakcijama koje pojedincu osiguravaju uspješnost u prilagođavanju potrebnim situacijama (Babić - Čikeš, Buško, 2015).

## **1.1. Klasifikacija emocija i inteligencije**

### **2.1.1. Emocije**

Svaka osoba može imati vlastitu predodžbu o značenjima i važnostima emocija za pojedinca. Zapravo, nemoguće je odrediti točan broj emocija koje postoje kod čovjeka, a vrlo teško ih je grupirati u određene skupine, prvenstveno iz razloga što emocija postoji kao mješavina različitih oblika te vrlo rijetko se pojavljuju samostalno. Ipak, iako ih nije moguće točno definirati određenim brojem, postoji i određena općeprihvaćena podjela koja uključuje sljedeće glavne oblike emocija:

- Radost – ovaj osjećaj odnosi se na postojanje sreće, veselja, užitka, olakšanja, ponosa, ushićenja, entuzijazma ili zadovoljstva. Pritom, ljudski je organizam spreman za ostvarivanje zadataka i ciljeva te je tijekom stanja u kojemu je sretan ujedno i potpuno opušten. U trenucima kada osjeća radost, mozak pojedinca utječe na sprječavanje pojave negativnih oblika emocija te je moguće uočiti i opći porast razine energije.
- Tuga – u suprotnosti s osobama koje se nalaze u osjećajima sreće, osobe koje tuguju nemaju izražene visoke razine energije te kod istih ne postoji želja za sudjelovanjem u različitim oblicima aktivnosti ili ostvarenjem ciljeva. Razine energije u organizmu tijekom faza

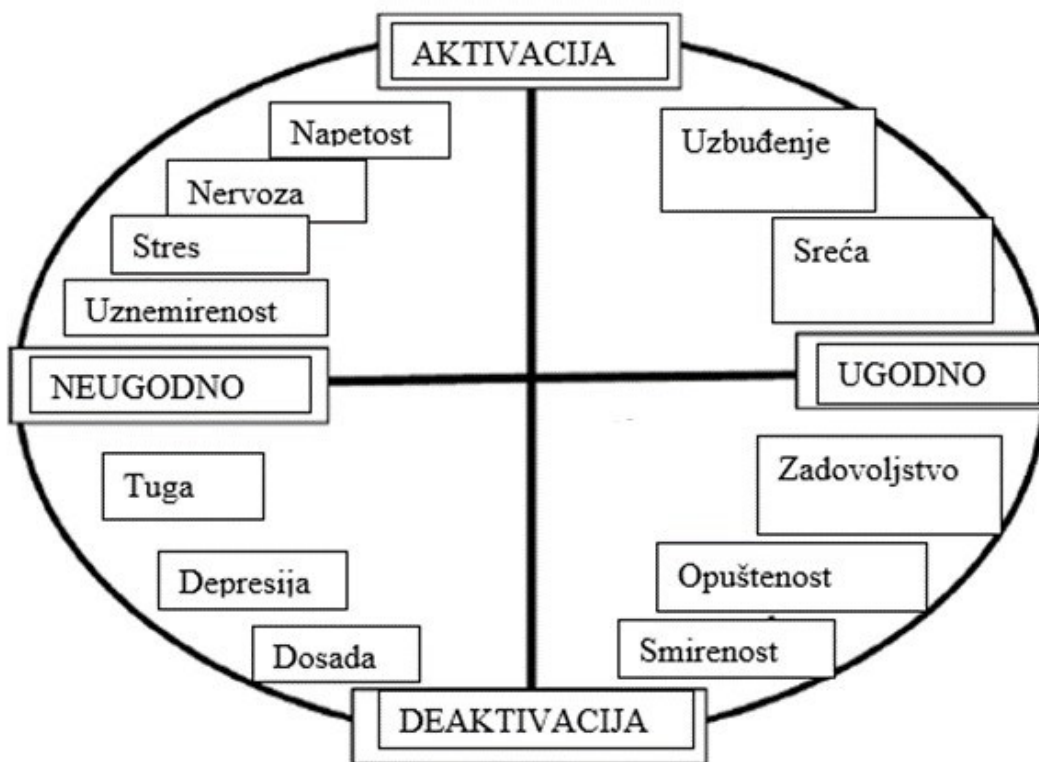
tugovanja zapravo su na toliko niskim razinama da ujedno utječu i na usporavanje tjelesnog metabolizma. Kod pojave dugotrajnih stanja tuge u patološkim se slučajevima može pojaviti i jedno od stanja koje se naziva teška depresija. Tuga je karakterizirana osjećajima kao što su žalost, bol, potištenost, te samosažaljenje, a vrlo često podrazumijeva postojanje i osjećaja očaja. Tugu može uzrokovati nebrojeno mnogo razloga, a smatra se i kako je kulturološki određen način na koji će se pojedina osoba suočavati s pojavom tuge. Jedna od mogućih, a i najčešća ljudska reakcija je plač. Plakanje predstavlja jedan od prirodnih načina smanjenja razine moždanih kemijskih signala koji utječu na izazivanje uzrujanosti, a pritom osnovni produkt koji nastaje karakterističan je uglavnom samo za ljudsku vrstu, a to su suze.

- Strah – osjećaj straha podrazumijeva postojanje tjeskobe, nelagode, bojazni, opreza, strepnje, napetosti ili strave, a u psihopatološkim slučajevima moguća je prisutnost fobije ili osjećaja panike. Tijekom proživljavanja ovog stanja u mozak se zaprimaju signali koji uzrokuju izlučivanje hormona kojima se oglašava određena razina uzbune u organizmu. Zapravo, događa se situacija u kojoj je ljudsko tijelo istovremeno u stanju napetosti i spremnosti za akciju te usredotočuje vlastitu pažnju na potencijalne prijetnje i prolazi procese procjene najboljih reakcija. Strah se zapravo može definirati kao ono što utječe na bijeg ili borbu određene osobe. Kao najčešća reakcija na strah javlja se blijedo lice, koje je uzrokovano prelaskom krvi iz lica prema velikim skeletnim mišićima u nogama. Ova sposobnost ljudskog organizma smatra se izuzetno korisnom kada postoje slučajevi prijetnji, prvenstveno jer utječe na olakšavanje bijega te mogućnost udaljavanja od osnovnih izvora opasnosti.
- Srdžba – prilikom pojave osjećaja srdžbe karakteristično je i postojanje ogorčenosti, gnjeva, gorčine, mržnje, uznemirenosti i neprijateljstva prema nekome ili nečemu. Pojava ovog osjećaja, kao što je to slučaj i s pojavom straha, utječe na osobu na način da se

ista pita koji je njezin sljedeći korak, odnosno hoće li se boriti ili bježati. U ovom slučaju krv dolazi u mišiće ruku, potiče se rad srca, a sve je to uzrokovano povećanjem razine hormona adrenalina. Pritom, tijekom pulsirajuće energije, dolazi i do odrješite akcije pojedine osobe.

- Ljubav – osjećaj ljubavi podrazumijeva kombinaciju osjećaja kao što je prihvaćenost, naklonost, povjerenje, odanost te zanesenost. Pritom, tijelo se nalazi u stanju koje je karakterizirano parasimpatičkim uzbuđenjem te u organizmu postoji sveukupan dojam mira, zadovoljstva i određenih razina suradnje.
- Iznenađenje – osjećaj iznenađenja uzrokovan je uglavnom nekom od neočekivanih pojava, a vrlo često je popraćeno i mimikom lica, odnosno podizanjem obrva. Ovaj oblik univerzalne reakcije smatra se prisutnim iz više bioloških razloga. Naime, u trenutku podizanja obrva u mrežnicu oka dopijeva veća količina svjetlosti koja utječe na omogućavanje mozgu da primi veći vizualni dojam. Primanje značajno veće količine informacija koje dolaze iz okruženja osigurava mogućnost mozga da na brži i jednostavniji način percipira što se zaista događa te da lakše shvati koji korak treba učiniti tijekom stanja začuđenosti, prilikom pojave šoka, preneraženosti, zapanjenosti ili zadivljenosti.
- Gađenje – osjećaj gađenja prilikom svoje pojave također utječe na pojavu karakterističnih i univerzalnih izraza lica. Naime, dolazi do izvijenosti gornje usne u stranu te boranja nosa, odnosno stvaranja grimase pomoću koje tijelo pokušava maksimalno utjecati na zatvaranje nosnica zbog postojanja neugodnog mirisa ili pljuvanja neukusne ili čak smrtonosne hrane. Unutar ove emocije osim odbojnosti može doći do pojave prijezira, omalovažavanja, podcjenjivanja ili gnušanja.
- Stid – osjećaj stida podrazumijeva postojanje osjećaja kao što je krivnja, neugoda, žalost, grizodušje, poniženje, žaljenje, jad ili kajanje. Ovaj se osjećaj može pojaviti i kod manjih ili većih skupina

ljudi prvenstveno tijekom potrebe za javnim nastupom (Goleman, 2004).



Slika 1. Emotivni kružni spektar

Izvor: Korn, O. (2017). Designing Authentic Emotions for Non-Human Characters: A Study Evaluating Virtual Affective Behavior. Preuzeto s [https://www.researchgate.net/figure/The-circumplex-model-of-affect-adapted-from-24\\_fig1\\_317422892](https://www.researchgate.net/figure/The-circumplex-model-of-affect-adapted-from-24_fig1_317422892) (05.10.2023)

Osim spomenutih, postoji još značajan niz emocija koje se smatraju vrlo kompleksnima, a karakteriziraju se kao oduševljenje, interes, sram, nelagoda, krivnja, anksioznost ili prezir. Ove emocije podrazumijevaju i postojanje zajedničkog puta koji se prati kako bi se mogla ostvariti određena reakcija na podražaj koji dolazi iz okoline (Petz, 2001).

### 2.1.2. Inteligencija

S druge strane, još tijekom 80-ih godina prošlog stoljeća razvijene su teorije višestrukih inteligencija, koje se i u suvremenom svijetu smatraju općeprihvaćenim konceptima. Zapravo, teorija višestruke inteligencije smatra se temeljem za provođenje većine istraživanja koja se tiču racionalne i emocionalne inteligencije. Unutar ovog koncepta prepoznato je da svaka osoba posjeduje vrlo kompleksne sposobnosti, koje se nalaze izvan opsega koji je moguće izmjeriti tradicionalnim kvocijentima inteligencije. Izvorno, Howard Gardner (1989) definira sedam ključnih oblika inteligencije, potom se istima pridružuje i osma, a prikazane su kako slijedi:

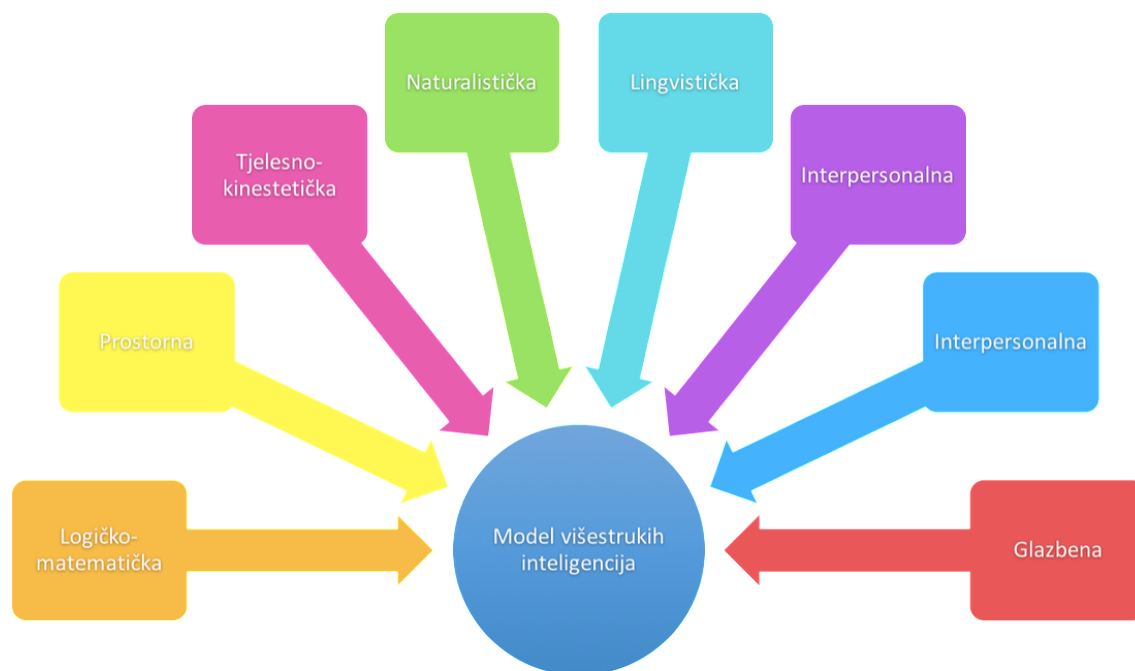
1. Lingvistička inteligencija: podrazumijeva učinkovitost u korištenju riječi, bogatstvo vokabulara, izražajnosti u govoru, efikasnost u manipulaciji jezikom i u pisanoj i u verbalnoj formi, korištenje riječi tijekom procesa rješavanja praktičnih problema, korištenje jezika kao jednog od sredstava prilikom pamćenja podataka i informacija.
2. Logičko-matematička inteligencija: podrazumijeva učinkovitost u korištenju brojeva, osnove dobrog logičkog zaključivanja, jednostavnost u uočavanju logičkih struktura i odnosa te postojanja uzročno-posljedičnih veza, sposobnosti otkrivanja obrazaca, sposobnosti kategorizacije, mogućnost klasifikacije, zaključivanje, generalizaciju, računanje te provjeru hipoteza.
3. Prostorna inteligencija – podrazumijeva točnost u opažanju i snalaženju unutar prostora, sposobnosti prostornih oblikovanja, osjećaje za boje, linije i oblike, mogućnosti manipulacije i stvaranja mentalnih slika s osnovnim ciljem utjecaja na rješavanje praktičnih problema te mogućnosti u grafičkom prezentiranju ideja. Napominje se kako je ovaj oblik inteligencije posebno izražen kod slijepih i slabovidnih osoba.
4. Tjelesno-kinestetička inteligencija – podrazumijeva mogućnost korištenja mentalnih sposobnosti prilikom koordinacije tjelesnih pokreta, sposobnosti koje uključuju korištenje cijelog tijela tijekom

izražavanja misli i osjećaja, mogućnosti korištenja ruku prilikom izrade pregleda, dobru koordinaciju te održavanje ravnoteže.

5. Glazbena inteligencija: podrazumijeva postojanje osjećaja za glazbu, mogućnost razlikovanja glazbe, glazbenu kreativnost i mogućnost glazbenog izražavanja – sposobnosti podrazumijevaju prepoznavanje i oblikovanje glazbenih tonova i melodije, uz postojanje osjećaja za ritmove, dinamiku i samu melodiju.
6. Interpersonalna inteligencija – mogućnost uočavanja i razlikovanja raspoloženja, motivacije i osjećaja koje ispoljavaju druge osobe, sposobnosti neverbalnih oblika izražavanja te prepoznavanje neverbalnih znakova.
7. Intrapersonalna inteligencija – podrazumijeva poznavanje samog sebe te uključuje sve mogućnosti djelovanja u skladu s tim. Također, podrazumijeva postojanje svijesti o vlastitom raspoloženju, namjeri, motivu, temperamentu i željama, samodisciplini, samorazumijevanju i samopoštovanju.
8. Prirodna ili ekološka inteligencija: postojanje zainteresiranosti za vanjski prostor, osjećaj duboke povezanosti s prirodom i mogućnost razmišljanja u skladu s okolišem.

Za svaku je osobu karakteristično kako istovremeno može posjedovati više oblika inteligencije koje imaju tendenciju međusobnog nadopunjavanja. Primjerice, plesači mogu biti izvrsni u vlastitoj umjetnosti ako imaju snažno razvijenu glazbenu inteligenciju, odnosno osjećaju i razumiju ritmove i varijaciju glazbe te ako im interpersonalna inteligencija osigurava shvaćanje da mogu nadahnuti druge osobe, pa čak ih i oduševiti, te ako im tjelesno-kinestetički oblik inteligencije osigurava potrebnu agilnost te koordinaciju u pokretima kako bi se to uspješno pretočilo u plesne pokrete (Chabot, Chabot, 2009).





Slika 2. Gardnerov model višestrukih inteligencija

Izvor: Gardner, H. (1993). Multiple intelligences: The theory in practice. Basic books

Osim spomenutih osnovnih oblika inteligencije, unutar istih se uključuju i dva oblika emocionalne inteligencije koji podrazumijevaju interpersonalnu inteligenciju kao osnovu za pravilne reakcije unutar odnosa s ostalim osobama te intrapersonalnu kao osnovu za samospoznaju i mogućnost upravljanja vlastitim osjećajima. Ovakvi oblici inteligencije ujedno predstavljaju i temelje razvoja konstrukata emocionalne inteligencije (Buško, Babić, 2006).

## 1.2. Emocionalne kompetencije

Emocionalne kompetencije definiraju se kao naučene sposobnosti koje se temelje na emocionalnoj inteligenciji koja je zaslužna za sve izvrsne rezultate i postignuća. Razvojem emocija te emocionalnim inteligencijom utječe se na razvoj praktičnih oblika vještina koje uključuju nekoliko elemenata kao što je postojanje samosvijesti, motivacije, samoregulacije, empatije te posvećenosti unutar odnosa. U konceptu emocionalnih kompetencija moguće je prikazati i koliko se cjelokupnog potencijala osobe od najranije dobi prenosi na kasniju poslovnu sposobnost (Sindik, 2010).

Spomenute dimenzije koje se razvijaju u okvirima emocionalnih kompetencija, a tiču se emocija i emocionalne inteligencije, mogu se manifestirati i kroz 25 različitih kompetencija:

- 1) Samosvijest je moguće manifestirati kroz:
  - a. postojanje emocionalne svjesnosti (prepoznavanje različitih oblika emocija i njihovog utjecaja na čovjeka)
  - b. točne razine samoprocjene (postojanje znanja o vlastitoj snazi i postojanju granica)
  - c. dovoljne razine samopouzdanja (snažni osjećaji vlastitih vrijednosti zajedno s vlastitim mogućnostima).
- 2) Samoregulaciju je moguće manifestirati kroz:
  - a. procese samokontrole (uključuje provjeravanje emocija koje mogu ometati osobu te različitih impulsa)
  - b. vlastitu vjerodostojnost (mogućnost zadržavanja standarda koji uključuju poštenje i integritet)
  - c. vlastitu savjesnost (mogućnosti preuzimanja odgovornosti za sve osobne izvedbe)
  - d. vlastitu prilagodljivost (mogućnost fleksibilnosti prilikom promjena)
  - e. vlastitu inovativnost (sposobnost neosjećanja nelagode pri stvaranju novih ideja, pristupa i informacija).

- 3) Motivaciju je moguće manifestirati kroz:
- a. nagone za postignućima (težiti poboljšanjima ili povećanim standardima izvrsnosti)
  - b. obveze (mogućnost usklađenja vlastitih ciljeva s ciljevima cjelokupne grupe ili određene organizacije)
  - c. postojanje inicijativnosti (spremnost na iskorištavanje prilika)
  - d. postojanjem optimizma (postojanje ustrajnosti tijekom slijeđenja postavljenih ciljeva, unatoč postojanju prepreka i posrtaja).
- 4) Empatiju je moguće manifestirati kroz:
- a. postojanje razumijevanja prema drugima (razvoj svjesnosti o osjećajima i perspektivama drugih osoba)
  - b. proces razvijanja drugih (osjećanje razvojnih potreba drugih osoba i podupiranje njihovih sposobnosti)
  - c. uslužne orijentacije (predviđanje, prepoznavanje i prihvaćanje potreba drugih osoba)
  - d. davanje prednosti različitostima (procesu kultiviranja prilika kroz postojanje različitih tipova osoba)
  - e. postojanje političke svjesnosti (postupci iščitavanja emocionalnih struja unutar grupa te snažnih povezanosti).
- 5) Socijalne vještine je moguće manifestirati kroz:
- a. utjecaje (vladanje učinkovitim taktikama uvjeravanja)
  - b. razvoj komunikacije (practiciranje aktivnog slušanja i slanja uvjerljivih oblika poruka)
  - c. konfliktni menadžment (practiciranje pregovora i rješavanja sukoba)
  - d. postojanje vodstva (procesu inspiriranja i vođenja pojedinaca i grupa)
  - e. promjene katalizatora (postupci iniciranja i vođenja promjena)
  - f. razvoj veza (postupci održavanja instrumentalnih odnosa)
  - g. kolaboraciju i kooperaciju (mogućnosti rada s drugima u ostvarenju zajedničkih ciljeva)

- h. timske mogućnosti (ostvarenje grupne sinergije tijekom procesa slijeđenja zajedničkih ciljeva) (Salovey i sur., 2008).

Nužno je razlikovanje emocija, emocionalne inteligencije te emocionalnih kompetencija kao osobina ličnosti, odnosno emocionalne kompetencije kod osoba ne moraju uvijek na adekvatan način preslikavati razine njezinih emocija ili emocionalne inteligencije (Takšić i sur., 2006).

### **1.3. Potreba za emocijama**

Individualne razlike koje se pojavljuju u analizama potreba za emocijama definiraju se kao postojanje opće motivacije osoba da prihvate ili izbjegnu pojedine situacije koje kod njih mogu izazvati različite emocije. Pritom, u potrebe za emocijama moguće je uključiti:

1. želje za doživljavanjem i razumijevanjem emocija koje pojedina osoba proživljava kroz vlastito, ali i iskustvo drugih
2. uvjerenje da emocija koju pojedina osoba proživljava može biti jedna od korisnih smjernica tijekom procesa oblikovanja ponašanja i procesa donošenja odluka.

Potreba za emocijama smatra se konstruktom pomoću kojega se razlikuju oni koji traže različitosti u emocionalnom iskustvu te oni koji u procesu donošenja odluka te u vlastitom ponašanju identificiraju i prihvaćaju informacije koje proizlaze iz njihovih emocija te osobe koje ističu kako postojanje emocija izaziva preveliku razinu uzbuđenja te iste smatraju nekorisnima prvenstveno zbog miješanja u procese donošenja odluka (Maio, Esses, 2002). Potrebe za emocijama mogu se uvelike razlikovati od postojećih konstrukata koje čine emocionalni stilovi ili emocionalne kompetencije. Pritom, emocionalne je stilove moguće definirati kao individualnu razliku koja se pojavljuje tijekom procesa izražavanja emocija te intenzitet u doživljavanju emocija i kronična doživljavanja pozitivnih ili negativnih afekata. S druge strane, emocionalnu

kompetentnost moguće je istaknuti kao razinu efikasnosti pomoću koje svaka osoba percipira, prepoznaje i izražava te regulira vlastite odnosno tuđe emocije. U tom slučaju, riječ je o sposobnostima, a ne o razinama motivacije (Leone, Chirumbolo, 2008).

Ni teorijska konceptualizacija spomenutih emocionalnih konstrukata, kao ni rezultati dostupnih istraživanja ne nude jasno objašnjenje o razlozima koji potiču osobe na ulazak u situacije u kojima znaju da će rezultirati pozitivnim i negativnim emocionalnim iskustvima. Ovi nedostaci u postojećim teorijama povod su za dodatnu konceptualizaciju konstrukata pomoću kojih će se moći objasniti razlozi zašto pojedine osobe izbjegavaju situacije koje su prepune emocija, dok druge osobe aktivno traže i sudjeluju u takvim situacijama (Haddock i sur., 2008).

Također, za potrebe za emocijama moguće je vezati i neke od sljedećih pretpostavki:

1. osobe je moguće razlikovati sukladno potrazi za afektivnim iskustvima
2. emotivna motivacija sastoji se od dimenzija prilaženja te dimenzija izbjegavanja određenih iskustava te vjerovanje kako su emocije nekorisne
3. potrebe za emocijama se od drugih konstrukata koji analiziraju emocionalno doživljavanje razlikuju po pretpostavkama postojanja individualnih razlika u motivaciji
4. potrebe za emocijama predstavljaju kulturalni konstrukt odnosno svaka osoba doživljava emocije, ali bi razlike u svim vrstama motivacije trebale postojati među različitim kulturama (Huić, 2012).

## 2. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA

Teoriju emocionalne inteligencije prvi su definirali Mayer i Salovey (2000). Sukladno njihovom tumačenju ovim se pojmom označava svijest koja uključuje osjećaje i ljudsko djelovanje s osnovnom svrhom stvaranja promjena, odnosno svaki čovjek je u stanju prepoznati postojanje vlastitog lošeg raspoloženja te teže prema njegovoj promjeni. Pritom, osobe je moguće svrstati u tri kategorije. U prvoj kategoriji se nalaze osobe koje su svjesne sebe, pozitivne su te ostvaruju pozitivne poglede na život bez da se pritom odaju mračnim i opsjednutim razmišljanjima, a ujedno su potpuno svjesni svojeg raspoloženja unutar vremena u kojemu ga dožive te se smatra kako ova kategorija ljudi ima dobro psihičko zdravlje. U drugu kategoriju osoba ubrajaju se takozvane utopljene osobe, koje se gube u vlastitim emocijama, ni u kom trenutku nisu svjesne vlastitih osjećaja te nemaju dovoljno kontrole nad svojim emocionalnim dijelom života. Ovakve su osobe u potpunosti obuzete vlastitim stanjem te ne posjeduju emocionalni oblik kontrole. U treću kategoriju je moguće ubrojiti pomirene osobe, odnosno one ljude kojima je sasvim jasno što osjećaju, ali te emocije su bezuvjetno prihvaćene i ni u kom trenutku ih ne pokušavaju promijeniti ili utjecati na njih. U ovoj kategoriji osoba postoje i dvije potkategorije koje uključuju osobe dobrog raspoloženja koje nemaju motiva za njegovu promjenu te osobe koje su vrlo sklone neraspoloženosti koju također prihvaćaju u potpunosti i ne poduzimaju nikakve radnje koje bi to mogle promijeniti, unatoč prisutnim osjećajima boli i nelagode. U ovu kategoriju osoba vrlo često se ubrajaju i one osobe koje pate od depresije (Goleman, 2004).

Vrlo je važno pritom spomenuti i pojam emocionalnih dostignuća koji predstavlja skup svega što pojedinac može naučiti o emocijama i emotivnim stanjima. U slučajevima kada razine njegova znanja prijeđu na više razine i mogu se koristiti, emocionalno dostignuće prerasta u emocionalnu kompetenciju, odnosno u znanje i sposobnost koje pojedinac može ostvariti tijekom primjerenog funkcioniranja unutar različitih situacija. Stvaranje

emocionalne inteligencije, pritom, smatra se krajnjim ciljem spomenutih procesa (Shapiro, 2019).

## **2.1. Opći pojam emocionalne inteligencije**

Emocionalna inteligencija se pogrešno svrstava u kategoriju karaktera, koji je vrlo važan čimbenik u individualnoj sudbini svake pojedine osobe, dok sama emocionalna inteligencija predstavlja vještinu koja utječe na uspješnost korištenja svih ostalih sposobnosti i vještina koje pojedina osoba posjeduje (Goleman, 2004).

Uz pojam emocionalne inteligencije potrebno je povezati i samoregulaciju odnosno sposobnosti pojedinca da u određenim trenucima može upravljati vlastitim postupcima, mislima i osjećajima, a da su pritom uključeni različiti konteksti te primjereni i fleksibilni načini (Salovey, Sluter, 1997). U upravljanju situacijama koje se percipiraju kao stresne, emocionalna inteligencija pomaže osobi da kreira strategiju. Pritom, kapaciteti samoregulacije mogu se povećati na način da se vrlo često izlaže različitim oblicima iskustva, uz primjenu odgovarajućih modela ponašanja te uz primanje podrške tijekom novih situacija koje se također mogu okarakterizirati kao stresne. Ponovno, isto može rezultirati pozitivnim odabirima kada je u pitanju regulacijska strategija primjerena nastaloj situaciji. Pritom stresor, odnosno uzrok takve situacije, može biti pod kontrolom pojedinca, ali mogu se dogoditi situacije koje su izvan njegove kontrole (Shapiro, 2019). Korištenje strategija može se svesti na vanjske, koje uključuju nužne promjene u ponašanjima svake pojedine osobe u užem okruženju, dok se kod primjene unutarnjih strategija pojedinac fokusira na promjene u vlastitim mislima i subjektivnim emocijama koje dolaze do izražaja tijekom stresnih situacija (Goleman, 2004).

Važno je istaknuti i kako se strategije mogu usmjeriti na promjene emocija koje se pojavljuju ili na rješavanje problema koji proizlaze iz određenih situacija. Pritom, različita su istraživanja rezultirala činjenicom da djevojčice odnosno

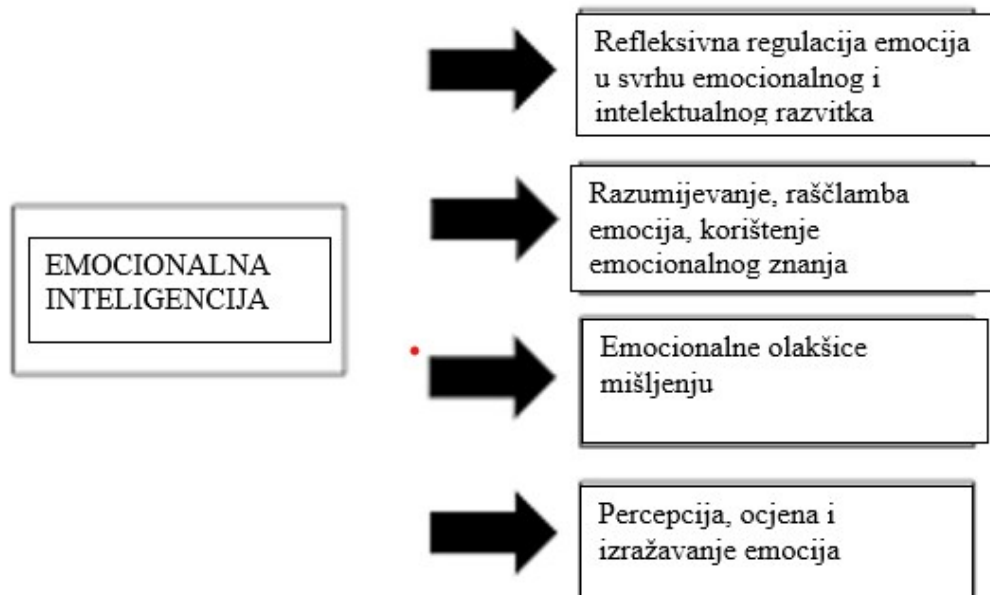
žene znatno bolje upravljaju emocijama, nego što je to slučaj s dječacima, odnosno muškarcima, a sve to sa svrhom ostvarenja mogućnosti prevladavanja pojave negativnih emocija. Prilikom suočavanja sa stresnim ili nepovoljnim situacijama dječaci odnosno muškarci češće su primjenjivali tjelovježbu kao moguće rješenje. Također, istraživanja su pokazala i kako će pripadnice ženskog spola u većem broju slučajeva potražiti pomoć ili podršku drugih osoba, nego što će to učiniti pripadnici muškog spola. Ključno je istaknuti i da se tijekom procesa odrastanja zajedno s razinama emocionalne inteligencije mijenjaju i strategije te se osobe više okreću primjeni onih unutarnjih zajedno sa samoinicijativama, bez da se u rješavanje situacija uključuju roditelji ili druge osobe (Shapiro, 2019).

U konačnici, vrlo je važno istaknuti kako se emocionalna inteligencija ne može mjeriti na način na koji se mjeri kvocijent inteligencije (IQ). Međutim, ista je od ključne važnosti za svaku osobu, prvenstveno jer je određena karakterom pojedine osobe te je pomoću nje moguće utjecati na procjenu reakcija i emocija unutar određenih situacija. Zapravo, emocionalna inteligencija i kvocijent inteligencije uopće ne ovise jedno o drugom. Primjerice, kod osobe može biti znatno razvijen kvocijent inteligencije, a da je pritom osoba emocionalno zaostala, i obrnuto. Također, emocionalna inteligencija se ne smatra genetski uvjetovanom stoga postoje i mogućnosti utjecaja na nju, posebno ako se problemi uoče tijekom djetinjstva ili faze odrastanja (Lantieri, 2012).

## **2.2. Modeli emocionalne inteligencije**

U prve istaknute definicije emocionalne inteligencije moguće je uključiti onu koja je isticala kako emocionalna inteligencija podrazumijeva postojanje sposobnosti osoba da prate, prepoznaju i razumiju tuđe emocije te koriste to znanje i spoznaje u procesima vlastitog ponašanja i razmišljanja (Goleman, 2004).





Slika 3. Sastavnice emocionalne inteligencije

Izvor: Salovey, P., Mayer, J. D., Caruso, R. D. (2008.). The positive Psychology of Emotional Intelligence Handbook of Positive Psychology. New York: Oxford University

Modele emocionalne inteligencije pritom je moguće opisati kao konstrukte koji se dijele u određeni broj sastavnih dijelova, a temeljem istih je moguće razviti i mjere i testove kojima se emocionalna inteligencija može procjenjivati. U razine emocionalne inteligencije moguće je ubrojiti:

1. percepciju, promjenu i izražavanje emocija – utječu na sposobnosti pojedine osobe da identificiraju vlastite emocije unutar vlastitog tjelesnog stanja, osjećaja ili misli. Osim kod samih pojedinaca, ove razine emocionalne inteligencije uključuju i identificiranje emocija i drugih osoba i to na način da se promatra njihovo ponašanje, jezik, zvukovi i izgled. Također, u ovu razinu uključene su i sposobnosti pravilnog izražavanja vlastitih emocija te potrebe povezane s emocijama, ali i sposobnosti u razlikovanju preciznih i nepreciznih odnosno lažnih i iskrenih izražavanja emocija.

2. emocionalne facilitacije (olakšice) mišljenja – odnose se na postojanje sposobnosti u korištenju emocija sa svrhom određivanja prioriteta te dijeljenja informacija u kategorije važnih ili nevažnih. Unutar ove razine pojedinac bi trebao emocije doživljavati na vrlo živopisne načine te posjedovati sposobnosti korištenja emocija kako bi na bolji način prosuđivali ili pamtili različite događaje. Pritom, emocije služe lakšem procesu zaključivanja te promjenama u mišljenju, a u konačnici i poticanju kreativnosti.
3. razumijevanje i analizu emocija – podrazumijevaju postojanje sposobnosti prepoznavanja emocija i odnosa prilikom korištenja riječi kojima se emocije pokušavaju dočarati te pravilno tumačenje značenja koje se nastoji prenijeti pomoću emocija. Unutar ove razine, svaki bi pojedinac nužno morao posjedovati sposobnost razumijevanja kompleksnih osjećaja, ali i onih koji se pojavljuju istovremeno. Osim toga, na ovoj razini emocionalne inteligencije pojedinac mora imati sposobnost razumijevanja prijelaza između različitih emocionalnih stanja.
4. refleksivnu regulaciju emocija – podrazumijeva razinu na kojoj je moguće uključiti sposobnosti koje uključuju otvorenost prema svim oblicima emocija, neovisno radi li se o onima koje su ugodne ili neugodne, te sposobnosti uključenja ili isključenja iz emocija i praćenja kako vlastitih emocija tako i emocija drugih osoba. Također, na ovoj razini emocionalne inteligencije moguće je uključiti i postojanje sposobnosti shvaćanja koliko je određena emocija jasna, tipična ili raznolika, te sposobnosti koje uključuju procese upravljanja emocijama, vlastitim ili tuđim i to sa svrhom smanjenja loših te povećanja broja ugodnih emocija te sprječavanje umanjenja ili preuveličavanja njihove važnosti (Salovey i sur., 2008).

Drugi najpoznatiji model emocionalne inteligencije naziva se Bar-Onov model emocionalno-socijalne inteligencije (ESI) (Bar-On, 2004). Kreiran je temeljem suvremenih spoznaja koje se povezuju s teorijama emocija, a prema kojima

sve emocije igraju značajne uloge u izgradnji temperamenta, kao i temeljem empirijskih istraživanja koja su uključivala psihologiju osobnosti, a koja podrazumijevaju povezanost karakteristika osobnosti pojedinca te stabilnih emocionalnih iskustava. Pritom, vjeruje se kako sastavnice emocionalne inteligencije čine sve karakteristike osobnosti, a povezane su i sa sposobnostima pojedinca da se prilagodi zahtjevima užeg okruženja. Emocionalno-socijalna inteligencija, pritom, opisuje se i kao područje nekognitivne kompetencije i vještine koja se odražava na sposobnost osobe da uspješno prevladava stresne situacije. Bar-Onove dimenzije emocionalne inteligencije dijele se u pet kategorija kako slijedi:

1. intrapersonalni kapaciteti – podrazumijevaju sposobnosti svijesti i razumijevanja samog sebe, osobnih emocija te mogućnosti izražavanja vlastitih emocija i ideja.
2. interpersonalne vještine – uključuju sposobnost svijesti, razumijevanje te shvaćanje tuđih emocija, kao i uspostavljanje i održavanje međusobnih zadovoljavajućih i odgovornih odnosa prema drugim osobama.
3. prilagodljivost – podrazumijeva sposobnost provjere vlastitih emocija temeljem postojanja objektivnih znakova koji dolaze iz okruženja te preciznih procjena neposrednih situacija, fleksibilnosti sukladno osjećajima i mišljenjima te prema promjenama situacija i potreba za rješavanjem vlastitih, ali i međusobnih problema.
4. upravljanje stresom – uključuje mogućnosti savladavanja stresnih situacija te kontrolu povezanu sa snažnim emocijama.
5. opće raspoloženje – podrazumijeva sposobnost pojedinca da bude optimist, uživa u odnosu prema sebi i drugim osobama te mogućnost osjećanja i izražavanja pozitivnih emocija. Pritom, kombinacija koja uključuje kompetencije te vještine smatra se osnovom za uspješnost ljudskog ponašanja (Bar-On, 2004).

U konačnici moguće je istaknuti kako u svim modelima emocionalne inteligencije postoje usvojene vještine, koje su ključne u prilagođenom

funkcioniranju unutar užeg socijalnog okruženja, a koje su podložne i učenju i razvoju (Takšić, Smojver Ažić, 2016).

### **2.3. Utjecaj obitelji na razvoj emocionalne inteligencije**

Obitelj se smatra jednim od najvažnijih aspekata kada je u pitanju emocionalni razvoj kod djeteta, prvenstveno iz razloga što obitelj predstavlja jedan od prvih doticaja djeteta s užim okruženjem, ali i drugim osobama. Prema tome, nužno je postaviti i pitanje kako, ali i u kolikoj mjeri roditelji te stil njihova odgoja utječu na razvoj emocionalne inteligencije kod djeteta. (Longo, 2016).

Sva novorođenčad tijekom prvih dana svog života pomoću dodira stvara određenu privrženost prema svojem skrbniku. Pritom, dodir se smatra vrlo važnim u procesu uspostavljanja odnosa i između novorođenčeta i njegove uže okoline. Primjerice, ako se tijekom plača položi ruka na prsa novorođenčeta, to može utjecati na smirivanje plača. Tako se može reći da dijete pomoću dodira prima određeni odgovor na potrebe koje je u stanju izraziti isključivo plačem, pa je stoga vrlo jasno kako je uloga obitelji u emocionalnom razvoju ključna od prvih dana djetetova života (Diamond, Hopson, 2006).

Ako se potrebe novorođenčeta ne zadovoljavaju ili kontinuirano ne dolazi do njihova zadovoljenja, isto može imati negativne posljedice u kasnijim razdobljima po pitanju njegova emocionalnog razvoja. Sukladno tomu, značajan broj autora ističe kako je postojanje odgovarajućeg obiteljskog okruženja izrazito važno kod faza emocionalnog razvoja djeteta. Štoviše, isti opisuju i aspekte obogaćenih sredina koje omogućuju i potiču djetetov emocionalni razvitak. Aspekti o kojima je u ovom slučaju riječ podrazumijevaju postojanje izvora iz kojega je moguće ostvariti pozitivnu emocionalnu potporu i odgovarajuće stimuliranje svih osjetila, stvaranje ugodne atmosfere bez pretjerane napetosti i stresa, osiguranje sredine koja će djetetu pružiti da bude aktivnim sudionikom iste te nuđenja izazova i različitih aktivnosti koje će pozitivno utjecati na njegov cjelokupan razvoj te stvaranje sredine koja će

djetetu omogućiti izbor između različitih vrsta aktivnosti te poticati stvaranje njegovih istraživačkih nagona (Diamond, Hopson, 2006).

Utjecaj roditelja u procesu razvoja emocionalne inteligencije smatra se nezamjenjivim, neovisno o tome je li riječ o prvim mjesecima ili pak prvim godinama djetetova života. Vrlo je važno napomenuti kako u nekim slučajevima roditelji uglavnom nesvjesno sprječavaju djecu da iskuse različite oblike emocija, pa je tako moguće da od djeteta traže da se ne ljuti, u pojedinim trenucima da potiskuje tugu, u slučajevima u kojima dolazi do ozljede uvjeravaju dijete da ga ne boli, ako dijete pokušava izraziti bijes, sprječavaju njegovo izražavanje prvenstveno jer se isto ne smatra poželjnim ponašanjem i slično. Sve navedeno može rezultirati činjenicom da će dijete u budućnosti u što više slučajeva i situacija nastojati prikriti vlastite emocije, a sve u cilju izbjegavanja reakcija okoline. Na ovakav način dijete dobiva poruke koje mu sugeriraju kako se njegove osjećaje ne uvažava te da je iskazivanje istih nepoželjno i neprihvatljivo te takvim načinom se kod djeteta gradi loša slika o samom sebi, a posljedično se isto negativno odražava i na razvoj njegove emocionalne inteligencije (Jovančević i sur., 2004).

Kako bi se moglo ostvariti kao emocionalno sazrela osoba, svako dijete mora biti u mogućnosti razviti moralnu emociju. Pritom, nužno je da dijete razlikuje dobro od zla, razvije svijest te osjećaje uvažavanja i odgovornosti prema drugoj djeci i osobama, a u slučajevima i kada se dogodi kršenje moralnih normi, trebalo bi iskusiti neke od negativnih emocionalnih reakcija. Pozitivne emocije koje je moguće povezati s moralnim razvojem su postojanje empatije i brižnosti. Vrlo je važno istaknuti i kako dijete koje ima razvijenu empatiju u znatno manjim mjerama ispoljava osjećaje kao što su agresija te vlastitu energiju usmjerava na pomaganje drugoj djeci te davanje i dijeljenje. Pritom, već tijekom prve godine svog života dijete može osjećati empatiju, a iskazuje je primjerice u trenucima kada počinje plakati za drugim djetetom, što je u psihologiji poznato pod pojmom „globalne empatije“ (Longo, 2016).

Unutar druge godine djetetova života kod djeteta se razvija drugi stadij empatije, a taj podrazumijeva prepoznavanje činjenice kako neraspoloženost

druge djece nije i njegova vlastita. Pritom dijete pokušava utješiti drugu osobu, iako još uvijek nema razvijene načine kako će to učiniti, što rezultira empatičnom konfuzijom (Jovančević i sur., 2004).

Tek u šestoj godini djetetova života dolazi do razvoja kognitivne empatije. U toj fazi dijete na puno jasnije načine prepoznaje osobe koje su žalosne, neovisno o tome pokazuju li osobe takve osjećaje ili ne. Isto tako, dijete sada ima sposobnost stavljanja u perspektivu drugih osoba te u skladu s tim i reagira. Pritom, vrlo je važno da dijete savlada čestitost i iskrenost kao vlastite karakteristike, posebno iz razloga ako dijete odrasta u domu u kojem su laži uobičajene pojave i samo će ih s vremenom početi sve više primjenjivati u svom ponašanju i izričaju (Brajša - Žganec, 2003).

Prilikom odgoja djece koja su emocionalno inteligentna najadekvatnijim se smatra autoritativni oblik roditeljskog pristupa. Za razliku od autoritarnog pristupa u kojemu se naglasci stavljaju na postojanje reda i tradicije i permissivnog koji potiče nježnost i razumijevanje bez uspostavljenih jasnih granica, autoritativni način podrazumijeva postojanje ravnoteže između jasnih granica te postojanja nježnosti prema djetetu. Ako dijete osjeća spomenutu ravnotežu uglavnom odrasta u samopouzdanu, neovisnu, maštovitu i prilagodljivu odraslu osobu (Woolfson, 2006).

Svakom je djetetu potrebno pružati afirmativnu ljubav odnosno oblik ljubavi koji se temelji na kvalitetno provedenom vremenu s djetetom te konstantnom pružanju podrške tijekom svih aktivnosti. Zapravo, svi bi roditelji trebali izdvajati posebno vrijeme koje mogu posvetiti svojoj djeci u igri. Na ovakav način roditelji će jednostavnije moći upoznati vlastito dijete te mu pružiti odgovarajuće razine sigurnosti pomoću kojih će se dijete kasnije lakše otvoriti i prema drugim osobama. S afirmativnom ljubavlju moguće je povezati i postojanje afirmativne discipline. Naime, nužno je da se svakom djetetu postave jasna pravila i granice za koje je nužno da ih se strogo pridržava. U pogledu postojanja pravila nužno je svako objasniti u smislu razloga njihova postojanja i posljedica koje nastaju nakon što se ista prekrše. Pritom, ključnim elementom procesa smatra se postojanje kvalitetne komunikacije kako bi dijete bilo u mogućnosti shvatiti

postojanje posljedica koje se povezuju s njegovim lošim ponašanjem. U najvećem broju slučajeva, dijete mora biti upozoreno u slučaju kada bi moglo doći do neprimjerenih oblika ponašanja, sa svrhom učenja samokontrole. U takvim slučajevima moguće je primijeniti neke od metoda discipliniranja koje uključuju davanje ukora, stajanje u kutu, oduzimanje određenih privilegija, pri čemu je nužno vidjeti računa o tome da se djetetu ne oduzme ništa što bi moglo igrati ključnu ulogu u njegovom daljnjem emocionalnom razvoju, postupke ponavljanog ispravljanja grešaka te uključivanje bihevioralnih sustava bodovanja pomoću kojih se dodjeljuju bodovi u slučajevima pokazivanja pozitivnog ponašanja, a oduzimaju u slučajevima kada dijete pokazuje negativne oblike ponašanja (Brajša - Žganec, 2003).

### **3. EMOCIONALNI RAZVOJ DJETETA RANE I PREDŠKOLSKE DOBI**

Od trenutka njegova rođenja započinje postupni razvoj djeteta. Isti, osim motoričkih i spoznajnih područja uključuje i emocionalno područje. Emocionalni se razvoj smatra jednim od najvažnijih procesa kada je u pitanju razvoj osobnosti čovjeka. Također, isti se smatra rezultatom međusobnih utjecaja koji dolaze od naslijeđenog mehanizma koji potiče pojedinca na reakciju u emocionalnim situacijama te procesima socijalizacije unutar obitelji, ali i djetetova neposrednog okruženja. Pritom svako dijete prikuplja informacije o načinima kako se ponašati prema samom sebi, ali i prema drugim osobama, te o načinima na koje može prihvatljivo izražavati vlastite emocije. Od trenutka njegova rođenja dijete spoznaje podražaje i ponašanje koje mu dolazi iz bližeg okruženja, a iste potom reflektira na samog sebe i na vlastite oblike ponašanja (Starc i sur., 2004).

Svako dijete emocije doživljava na znatno drugačiji način nego što je to slučaj s odraslim osobama. Naime, za dijete je emocija vrlo jednostavna i spontana, vrlo često je i kratkotrajna, snažna, ali i nestabilna. Svako dijete vlastitu emociju izražava na otvoren način i vrlo često se ne znaju suzdržati. Tijekom vlastitog emocionalnog razvoja svako dijete prolazi kroz određene faze razvoja koje uključuju emocionalno izražavanje, emocionalno razumijevanje, razvoj empatije, razvoj emocije samosvijesti, razvoj emocije privrženosti te socio-spoznajne razvojne kategorije koje uključuju svijest o samom sebi, mogućnost samoopisa te samovrednovanja, te razvoj svijesti koja uključuje druge osobe, ali i procese samoregulacije (Berk, 2008).

Svako od ovih obilježja može se svrstati u tri osnovne faze koje su karakteristične za svako dijete i procese njihova emocionalnog razvoja. U prvoj fazi dolazi do usvajanja emocija, posebno onih pomoću kojih se dijete izražava te percipira sve svoje, ali i tuđe emocije. U drugu fazu moguće je ubrojiti diferencijaciju emocija odnosno njihovo dekodiranje, i to za emocije koje djetetu dolaze iz užeg okruženja. Posljednja faza podrazumijeva transformaciju



emocija unutar koje se određena emocionalna stanja djeteta transformiraju u načine i procese koji uključuju razmišljanje i promjene u emocionalnim procesima, a koje se postižu iskustvom (Brajša - Žganec, 2003).

### **3.1. Razvoj emocija tijekom dojenačke dobi i najranijeg djetinjstva**

Prema teorijama koje proučavaju osobnosti dojenčadi i male djece, prvu godinu života svakog djeteta moguće je nazvati oralnim stadijem. Tijekom ovog razdoblja ističe se zadovoljenje djetetove potrebe za hranom te oralna stimulacija. Pritom, psiholozi tvrde kako se naglasak ne smije staviti na količinu hrane koju dijete konzumira već na osjećajnost roditelja koji hrani dijete. Kada roditelji obraćaju pažnju na potrebe djeteta, svako dijete to percipira i osjeća te stječe temeljite oblike povjerenja koji mu pomažu da u kasnijim razdobljima s određenim razinama sigurnosti stupi u vanjski svijet te pristupi njegovu istraživanju. S druge strane, ako se stvori odnos temeljnog nepovjerenja, situacija je takva da dijete neće očekivati od drugih osoba da mu pruže suosjećanje ili ljubaznost te razvija obrambeni mehanizam na način da se povlači od vanjskog svijeta. Drugu je fazu procesa emocionalnog razvoja djeteta dojenačke i dobi i najranijeg djetinjstva moguće nazvati analni stadij, prvenstveno jer je karakterizirana odvikavanjem djeteta od pelena. Kao i tijekom prvog stadija, i u ovome najvažniju ulogu imaju roditelji, čija je osnovna zadaća usmjeravanje djeteta na suradnju i to sa svrhom ispunjenja krajnjeg cilja. Naime, dijete u dobi od dvije godine nastoji ostvariti što veću razinu samostalnosti te je potrebno što više ohrabrenja i podrške, stoga se ovaj stadij još naziva i nezavisnošću nasuprot srama i sumnje. Zapravo, može se istaknuti kako ostvarenje temeljnog povjerenja i samostalnosti proizlazi iz brižnih, toplih i osjetljivih roditelja te njihovih razumnih očekivanja u pogledu djetetove kontrole vlastitih poriva tijekom njegove druge godine života (Woolfson, 2006).

Na samom početku djetetova života njegov emocionalni život uključuje samo dva opća stanja pobuđenosti, koja uključuju privlačenje ugodnim podražajem te povlačenje pred neugodnim podražajima. U kasnijim razdobljima dolazi do mogućnosti za izražavanje osnovnih emocija kao što su radost, znatiželja, iznenađenje, strah, ljutnja, tuga ili gađenje, a koje se mogu iščitati i iz izraza lica. Svako dijete osjeća kada je netko od njegovih bližnjih u lošem emocionalnom stanju te se isto odražava i na njih, a dugotrajna izloženost takvim situacijama može ostaviti i negativne posljedice na njihov emocionalni razvoj (Pinjatela, 2012).

Važnost izlaganja djeteta pozitivnim osjećajima kao što je radost je nemjerljiva. Naime, pomoću nje se povezuju djeca i roditelji unutar toplog odnosa koji za svrhu ima učvršćivanje djetetovih sposobnosti koje su u razvoju. Tijekom prvog mjeseca djetetova života moguće je zapaziti osmijeh u trenucima kada je dijete sito, tijekom spavanja ili prilikom osjećaja ugodnog podražaja kao što su primjerice nježni dodiri. Potom, u kasnijim stadijima razvoja dijete se osmjehuje zanimljivim prizorima, dinamičnim i upadljivim, a potom se razvija i socijalni osmijeh koji je izazvan pojavom ljudskog lica. Dob od tri do četiri mjeseca karakterizirana je glasnim smijehom koji je izazvan od strane vrlo aktivnih podražaja. U trenucima kada dijete na bolji način razumije svijet koji ga okružuje počinje se smijati i suptilnim elementima iznenađenja. Do navršene godine dana života dijete razvija različite vrste osmijeha, u ovisnosti o osobi koja mu se približava te podražajima koje prima. Primjerice, u odnosu s roditeljima dijete će pokazivati širok osmijeh, dok će pred nepoznatim osobama isti suzdržavati. Osim osjećaja radosti, djeca od rođenja osjećaju i strah. Naime, novorođenčad je vrlo često i uznemirena u trenucima kada tek upoznaju svijet koji ih okružuje na postojanje neugodnih podražaja reagira izražavanjem straha ili ljutnje. S daljnjim razvojem djeteta, intenzitet ljutnje ima tendenciju porasta i to sve do druge godine djetetova života. Najvećim strahom u dojenačkoj dobi djeteta smatra se strah od nepoznatih osoba. Intenzitet ovog oblika straha u ovisnosti je o temperamentu djeteta, prethodnim situacijama koje su uključivale nepoznate osobe te trenutnu situaciju. Međutim, ako tijekom

pristupa djetetu i nepoznata osoba izražava osjećaje topline, radosti i želje za igrom, dolazi do umanjenja razine djetetova straha (Woolfson, 2006).

Na samim počecima dijete je sklono iskazivati emocije pomoću takozvane „emocionalne zaraze“, odnosno dijete promatra načine na koje reagiraju njegovi bližnji te na takav način usvajaju emocije i reakcije. U dobi do deset mjeseci dijete povezuje emocije koje se iskazuju glasovno s odgovarajućim izrazima lica. Potom, moguće je ostvariti takozvano socijalno oslanjanje unutar kojega dijete pomoću pogleda traži potvrde roditelja o ispravnim emocionalnim reakcijama, primjerice trebaju li se bojati u određenim situacijama. Na ovakav način roditelj može biti od velike pomoći djetetu tijekom učenja reakcija na nove pojave. Sredinom druge godine života dijete počinje shvaćati i kako njihove emocionalne reakcije ne moraju biti iste kao emocionalne reakcije drugih ljudi (Pinjatela, 2012).

U istom razdoblju dolazi i do razvoja vještina koje se povezuju sa samotješanjem, a koje dijete koristi u trenucima kada mu je potrebno smirenje. Pritom, negativne emocije prenosi na objekte koji su mu dostupni, primjerice, dekice ili igračke. Nakon tog razdoblja nastupa razdoblje negativizma, koje dijete koristi kako bi ispitalo svoje i roditeljske granice (Starc i sur, 2004).

Emocije koje uključuju samosvijest podrazumijevaju osjećaj stida, neugode, krivnje, ljubomore ili ponosa. Zajednički naziv proizlazi iz činjenice da mogu utjecati na poboljšanje ili povrjeđivanje vlastitog doživljaja samog sebe. Osnovni period njihove pojave je oko druge godine života kada se kod djeteta pojavljuje i osjećaj za samog sebe, dok se osjećaj ljubomore pojavljuje malo kasnije, nakon navršene tri godine života. Ovakve se emocije mogu usmjeravati od strane roditelja te igraju značajnu ulogu u moralnim oblicima ponašanja svakog djeteta (Woolfson, 2006).

U pogledu zdravog emocionalnog razvoja kod djece nužno je razvijanje i samoregulacije emocija. Tijekom prvih mjeseci djetetova života samoregulacija se ograničava i uvjetovana je postupcima roditelja. U najvećem broju slučajeva roditelji to čine na način da preusmjeravaju pažnju na neke od zanimljivih

igračaka. Na takav se način djetetu pomaže tijekom kontrole emocija, koja se može provoditi i tijekom faze puzanja ili kretanja na kraju prve godine djetetova života. Spomenutim se načinima utječe na razvoj socijalno prihvatljivog emocionalnog ponašanja, na koje između ostalog utjecaj imaju i kultura te način života roditelja. Također, u kasnijim fazama djetetova razvoja, prvenstveno širenjem vokabulara, dijete uči i opisivati vlastite emocije, potrebe te načine na koje ih je potrebno smiriti (Pinjatela, 2012).

### **3.2. Razvoj emocija tijekom ranog djetinjstva**

Psiholozi ističu kako se razdoblje ranog djetinjstva još može nazvati i razdobljem poduzetnosti odnosno inicijativnosti djeteta. Unutar ovog razdoblja započinje djetetovo stvaranje neovisnosti od roditelja te proces istraživanja svijeta, ali uz potpuno nove i samostalne načine. Kod djece se vrlo često bilježi i nestanak krivnje koji je dolazio iz neizvršavanja standarda savjesti pomoću kojih su se pokušavali dodvoriti roditeljima, ne bi li ostvarili što veće razine ljubavi i pažnje te u slučajevima kada treba izbjeći kaznu. Predškolsko razdoblje predstavlja jedno od razdoblja kada je dijete zaista u prilici da razvija pozitivnu sliku o samom sebi te da ostvari učinkovite načine kontrole nad vlastitim emocijama, usvoji neke od novih socijalnih vještina, temelja moralnosti i jasnije svijesti o samom sebi (Brajša - Žganec, 2003).

Nakon druge godine života kod djeteta se počinje razvijati i mašta, a samim time dolazi i do dodatnog razvoja straha. Do četvrte godine svog života dijete razvija značajan broj strahova, a njihov najčešći uzročnik je neočekivanost. U takvim situacijama do izražaja najčešće dolazi osjećaj ljutnje koji se i fizički ispoljava. Osim toga, zabilježeni su i osjećaji ljubomore, posebno u usporedbi s braćom ili sestrama. Od pozitivnih karakteristika pojavljuje se humor, odnosno razvija se smisao za smiješne situacije ili događaje. Tijekom pete godine života u najvećem broju slučajeva kod djeteta se pojavljuje strah od

imaginarnih bića, ali i realni strahovi koji se povezuju primjerice s ozljedama. Ljtnja kao emocija dobiva svoj verbalni izražaj. Nakon proteka pete godine života moguće je zapaziti ljubomoru koja se širi na područje izvan obiteljskog doma, a tijekom osjećaja ljutnje sve rjeđe je moguće opaziti direktnu agresiju (Starc i sur., 2004).

Iako predškolsko razdoblje karakterizira značajan broj novih emocija, neovisno o tome jesu li pozitivne ili negativne, za svako dijete je najvažnije da bude sretno. Vrlo je važno shvatiti kako djecu usrećuju male stvari te nije nimalo teško izmamiti osmijeh na njihova lica, a po pitanju njihova emocionalnog razvoja to svakako znači puno. Do svoje četvrte godine života svako dijete još uvijek traži potvrdu vlastitih roditelja te u trenucima kada je i ostvare vrlo su sretna. Ovakav odnos nužan je iz razloga što odnosi s vršnjacima još uvijek nisu dovoljno razvijeni. Jedan od elemenata koji će utjecati na stvaranje emocionalno pozitivnog djeteta je i postojanje samopouzdanja. Kako bi se omogućilo da dijete razvije takvu emociju, nužno je da se unutar svog užeg okruženja, a prvenstveno obitelji, osjeća važno. Isto se ostvaruje razvojem komunikacije s djetetom te osluškivanjem njegovih prijedloga tijekom procesa donošenja nekih od zajedničkih odluka. U procesu razvoja samopouzdanja, nužno je potrebno da se djeci prepusti povremeno samostalno rješavanje vlastitih problema kako bi ostvarili pojedine uspjehe. Neminovno je i da na tom putu dođe i do neuspjeha, ali je pritom nužno da dijete ima svu potrebnu potporu i ohrabrenje (Pinjatela, 2012).

U ovom razvojnom razdoblju osnovni mehanizam učenja djeteta je oponašanje, stoga je uloga roditelja i okoline neizostavna (Woolfson, 2006).

### **3.3. Uloga odgojitelja u razvoju emocija**

Osim roditelja odnosno uloge obitelji u fazama emocionalnog razvoja djeteta jednu od ključnih uloga ima i predškolska ustanova koju dijete pohađa odnosno odgojitelji unutar nje. Zapravo, ona se smatra prvom ustanovom unutar koje

djeca borave, a da ne predstavlja roditeljski dom. Upravo iz toga razloga može se istaknuti kako ona za dijete predstavlja novo područje koje se smatra prijelazom iz ovisnosti o roditeljima u samostalnost. Samostalno dijete, prilikom usporedbe s drugom djecom iste dobi, uglavnom zadržava tu razinu samostalnosti i u kasnijim fazama djetinjstva, ali i tijekom svoje odrasle dobi. Zapravo, na ovakav način dijete stvara poriv da samo sebi pruža podršku, što se kasnije nastavlja i tijekom cijelog života (Woolfson, 2006).

Za svako dijete proces odvajanja od roditelja je vrlo težak, međutim smatra se iznimno važnim, posebno iz razloga što dijete stječe mogućnost pokazivanja znanja i vještina, posebno tijekom interakcije s drugim osobama. Pritom, na isti način usvaja i znanja i vještine koje pokazuju druga djeca te stječu prijatelje. Stvaranjem međusobnih prijateljstava djeca dodatno potiču razvoj empatije, ali i dodatne načine interakcije s drugom djecom. U ovom slučaju ističu se uloge odgojitelja kao inicijatora pozitivnih ponašanja kod sve djece te poticatelja njihova druženja (Pinjatela, 2012)

Na jednak način na koji se dijete u roditeljskom domu ugleda na roditelje i članove uže obitelji, tijekom boravka u predškolskim ustanovama ugledaju se na odgojitelje. Ako od njih dolazi toplina i poticaj, svako će dijete vrlo sigurnim koracima istraživati taj, za njih novi svijet. Svakako, ponašanje odgojitelja shvatit će kao poticaj u stjecanju novog iskustva te prepoznavanje dodatnih emocija koje se povezuju s tim iskustvima. Pritom, kreirajući različite igre i sadržaje odgojitelji mogu dodatno upoznavati djecu s osjećajima, i to neovisno radi li se o samostalnim igrama kao što je primjerice izražavanje osjećaja kroz igru lutkama ili grupne igre kao što su igre uloga s prijateljima. Na ovakve načine svako se dijete može opustiti i na otvoren i iskren način progovoriti o vlastitim emocijama. Osim toga, kroz igru i odnos s drugom djecom dijete upoznaje i osjećaj empatije, a kasnije i altruizam. Takvim načinom dijete u svom ranom djetinjstvu spoznaje kako sebe tako i ljude koji ga okružuju te je slobodno u donošenju zaključaka o osobinama i osobama koje mu više, a koje manje odgovaraju, ovisno i o njegovim vlastitim interesima (Shapiro, 2019).

U konačnici, važno je istaknuti i kako uspješna suradnja između roditelja i odgojitelja može značajno i pozitivno utjecati na razvoj djeteta u svim segmentima. Praćenje djetetovog ponašanja i načina izražavanja pritom može rezultirati opažanjima odgojitelja u kojima se može uočiti i nazadovanje u nekim reakcijama djeteta, a koje se mogu ispraviti na vrijeme. Vrlo je važno istaknuti kako su djetetu potrebni svi, i roditelji i odgojitelji, premda uglavnom boravak s jednim isključuje boravak s drugima, odnosno odgojitelji nisu nazočni tijekom vremena u roditeljskom domu, a roditelji su u vrlo rijetkim prilikama nazočni tijekom djetetova boravka u predškolskoj ustanovi (Woolfson, 2007).

### **3.3.1. Aktivnosti za razvoj emocionalne inteligencije kod djece**

Razvoj emocionalne inteligencije kod djece unutar predškolske ustanove može se potaknuti i različitim igrama i aktivnostima unutar odgojne skupine i to (Pribela - Hodap, 2021):

Sve navedene aktivnosti mogu se prilagoditi različitim odgojnim skupinama, omogućavajući prilagodbu prema jedinstvenim potrebama i razvojnim fazama djece, stvarajući poticajno okruženje za individualni napredak svakog djeteta.

#### **AKTIVNOST 1: Emocionalna slikovnica**

**Sudionici aktivnosti:** odgojitelji i djeca unutar starije odgojne skupine

**Ciljevi aktivnosti:** proširiti dječji vokabular koji se povezuje s emocijama i prepoznavanjem emotivnog stanja druge osobe, Potaknuti dijete na prepoznavanje i verbalizaciju vlastitih emocija

**Opis aktivnosti:** odgojitelj započinje slobodan razgovor s djecom o emocijama i zajedno zapisuju sve emocije kojih se mogu sjetiti. Potom, prema popisu koji je sastavljen u časopisima i novinama, pretražuju ljudska lica koja izražavaju neku od emocija koja je upisana na popis te ih izrezuju. Za svaku emociju izrađuje se slikovnica te se pored slika osoba u razgovoru s djecom upisuju različite situacije koje mogu dovesti do takve emocije. Slikovnice se čuvaju u prostoriji odgojne skupine te im djeca uvijek imaju pristup kako bi se s njima mogla igrati ili ih koristiti kao jedno od sredstava iskazivanja vlastitih emocija.



Slika 4. Prikaz lica s emocijama za izradu slikovnica



## AKTIVNOST 2: Emotivna igra pamćenja

**Sudionici aktivnosti:** djeca u mlađoj odgojnoj skupini.

**Cilj aktivnosti:** potaknuti djecu da kroz igru prepoznaju i povezuju različite emocije s njihovim osnovnim karakteristikama.

**Opis aktivnosti:** zajedno s odgojiteljem djeca izrađuju dvije vrste kartica, na jednim su osobe emotikoni s različitim izrazima lica, dok su na drugim karticama karakteristike svake od emocija koje se s istima povezuju (npr. tužni emotikon na jednoj kartici i suze na drugoj, kompatibilnoj kartici). Emotikone i karakteristike svake emocije djeca sama crtaju i boje na način da po dvije kartice imaju istu boju i na takav način se povezuju. Pravila ove igre jednaka su kao i kod klasične *memory*-igre.



Slika 5. Primjer izgleda kartica s emotikonima

### **AKTIVNOST 3:** rastući lanci dobrih djela i pozitivnih emocija

**Sudionici aktivnosti:** djeca u starijoj odgojnoj skupini.

**Cilj aktivnosti:** potaknuti dijete da u vlastitim postupcima prepozna pozitivne emocije, vrednuje vlastita postignuća te koristi pozitivne emocije u daljnjim aktivnostima i postupcima.

**Opis aktivnosti:** ovaj oblik aktivnosti predstavlja jednu od kontinuiranih koja se može provoditi cijelu pedagošku godinu unutar jedne skupine. Na pripremljen papir u različitim bojama izrezan na trakice upisuju se dobra ili pozitivna djela koja su djeca napravila, te se isti lijepo u obliku karika na lancu. Na papirnate trakice koje čine lanac mogu se upisivati dječja postignuća, primjerice nakon svađe oko igračke, rješavanja dječjeg sukoba te ponovne igre na papir se može zapisati: „Ivan je podijelio igračku s Anom“, ili „Marko je pomogao Petru pospremiti igračke nakon igre“. Lanac dobrih djela nakon završetka pedagoške godine može biti izložen na hodniku kao primjer drugim skupinama / drugoj djeci.



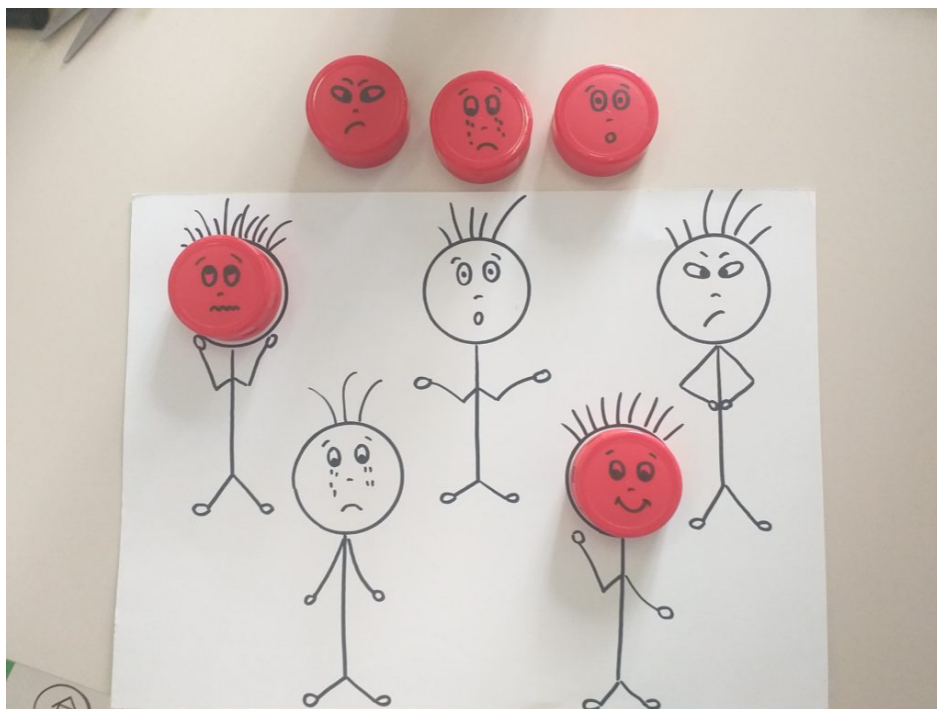
Slika 6. Prikaz papirnato lanca na koji se upisuju dobra djela

#### **AKTIVNOST 4:** Emotivne poklalice

**Sudionici aktivnosti:** djeca u mlađoj odgojnoj skupini.

**Cilj aktivnosti:** potaknuti proces razlikovanja emocija kod mlađe djece te mogućnost verbaliziranja njihovih emocija.

**Opis aktivnosti:** na čepove i na papir se nacrtaju različiti izrazi lica koji pokazuju različite emocije. Potom, u razgovoru s djetetom isto se zamoli da pronađe isti izraz lica koji se nalazi i na papiru i na čepu. Pritom, dijete se potiče na verbalizaciju emocija pitanjima, primjerice „Jesi li sretan/sretna?“ „Što te čini sretnim/sretnom?“, „Kada su sretni drugi oko tebe?“.



Slika 7. Primjer emotivne poklalice

## AKTIVNOST 5: Zamrznuta priča

**Sudionici aktivnosti:** odgojitelji, roditelji, djeca u starijoj odgojnoj skupini.

**Cilj aktivnosti:** utjecati na dječje prepoznavanje situacija koje rezultiraju određenim emocijama.

**Opis aktivnosti:** aktivnost se može provoditi s djecom koja borave u odgojnoj skupini na način da se odabere određena priča/bajka/slikovnica koja se potom djeci i čita. Tijekom čitanja na trenutak se priča „zamrzava“ odnosno zaustavlja te se s djecom razgovara o liku koji se u tom trenutku pojavljuje te o tome kako se on osjeća i zašto reagira na određeni način. Također, aktivnost mogu provoditi i roditelji s djecom u kući na jednak način i to tijekom dana ili prilikom čitanja priča prije spavanja.



Slika 8. Bajke koje se mogu koristiti u Zamrznutoj priči

## **AKTIVNOST 6:** Emotivna gusjenica

**Sudionici aktivnosti:** djeca u mlađoj odgojnoj skupini.

**Cilj aktivnosti:** potaknuti prepoznavanje emocija kod drugih osoba prepoznavanjem gesti i izraza lica.

**Opis aktivnosti:** sva djeca se kreću unutar prostorije. Odgojitelj jednom djetetu pokaže vlastitim izrazom lica i gestikulacijom određenu emociju (primjerice tugu, trljanjem očiju, spuštanjem glave te zvukovima kao što je jecanje), dijete ponavlja isto i kreće među drugu djecu, u trenutku kada dođe do drugog djeteta pokazuje mu istu emociju i gestikulaciju koju drugo dijete ponavlja. Potom prvo dijete stavlja ruke na ramena drugog djeteta i ono ga „vodi“ do sljedećeg kojemu se pokazuje ista ili druga emocija koju sljedeće dijete treba ponoviti. Igra traje sve dok se ne formira gusjenica u kojoj sudjeluju sva djeca iz skupine.



Slika 9. Prikaz emotivne gusjenice

## AKTIVNOST 7: Terapeutske priče

**Sudionici aktivnosti:** odgojitelji, roditelji, djeca u mlađoj odgojnoj skupini.

**Cilj aktivnosti:** razgovorom o pojedinim emocijama probuditi svijest o njihovoj važnosti kod djece.

**Opis aktivnosti:** prilikom izvođenja ove aktivnosti koriste se terapeutske slikovnice koje se ne izrađuju samostalno već su komercijalne i kupuju se od izdavača. Svaka od njih opisuje jednu situaciju i jednu emociju. Priča se čita djeci, a potom se s njima razgovara o emociji koja je tema slikovnice te situacijama u kojima se emocija pojavljuje kod njih te kod drugih osoba u njihovom okruženju. Ovu aktivnost mogu provoditi i roditelji s djecom kući.



Slika 10. Terapeutske slikovnice

## 4. ZAKLJUČAK

Emocionalni razvoj djeteta kao i temelji u stjecanju emocionalne inteligencije započinju i postavljaju se od prvih dana njegova života pa sve do odrasle dobi. Ključ uspjeha prilikom ostvarenja nužnih procesa svakako se odnosi na ulogu roditelja, odnosno obitelji te ulogu odgojitelja koji igraju vrlo važne i nezamjenjive uloge u prepoznavanju, poticanju i korigiranju djetetova emocionalnog stanja i razvoja, ali i u pružanju konstantne podrške prilikom stvaranja pozitivnog ponašanja kod djeteta.

Emocionalni razvoj kao i emocionalna inteligencija dio su općeprihvaćenih psiholoških teorija razvoja djeteta te se smatraju vrlo bitnima za formiranje pozitivne, asertivne i odrasle osobe koja je samosvjesna, samopouzdana te sposobna samoj sebi pružiti i utjehu i potporu, ali jednako tako i drugim osobama oko sebe.

Svakako, u ovom slučaju riječ je o vrlo kompleksnom području koje se povezuje i s karakteristikama ljudske osobnosti i individualnosti što zahtijeva provođenje detaljnijih mjerenja i istraživanja pomoću kojih će se moći opisati što više faza razvoja, stanja, ali i preporuka koje mogu pomoći u daljnjem uspjehu psihološkog područja po pitanju emocija i emocionalne inteligencije kod djece i odraslih.

## POPIS LITERATURE

1. BABIĆ-ČIKEŠ, A., BUŠKO, V. (2015). Emocionalna inteligencija u ranoj adolescenciji: korelati sposobnosti upravljanja emocijama i predikcija školskog uspjeha. *Društvena istraživanja Zagreb*, 24 (1): 21-45.
2. BAR-ON, R. (2004). The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Rationale, description and summary of psychometric properties, *Organisations and People* 7(1): 11-23
3. BLEKIĆ, M. (2016). Razvojne komponente emocionalne inteligencije. Diplomski rad. Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci, Rijeka.
4. BUŠKO, V., BABIĆ, A. (2006). Prilog empirijskoj provjeri uloge emocionalne inteligencije u školskom postignuću osnovnoškolaca. *Odgojne znanosti*, 8 (2): 313-327.
5. BERK, L. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Zagreb: Naklada Slap.
6. BRAJŠA-ŽGANEC, A. (2003). *Dijete i obitelj, emocionalni i socijalni razvoj*. Zagreb: Naklada Slap
7. CHABOT, D., CHABOT, M. (2009). *Emocionalna pedagogija: osjećati kako bi se učilo - Kako uključiti emocionalnu inteligenciju u vaše poučavanje*. Zagreb: Educa.
8. DIAMOND, M. I HOPSON, J. (2006). *Čarobno drveće uma: kako razvijati inteligenciju, kreativnost i zdrave emocije vašeg djeteta od rođenja do adolescencije*. Drugo izmijenjeno izdanje. Ostvarenje.
9. ERJAVEC, S. (2021). Emocionalna inteligencija, *Varaždinski učitelj-digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*, 4(7): 1-9
10. GARDNER, H. (1989). Educational implications of the theory of multiple intelligences. *Educational researcher*, 18(8): 4-10.
11. GOLEMAN, D. (2004). *Emocionalna inteligencija: Zašto može biti važnija od kvocijenta inteligencije*. Zagreb: Mozaik knjiga.
12. HADDOCK, G., MAIO, G.R., ARNOLD, K., HUSKINSON, T. (2008). Should persuasion be affective or cognitive? The moderating effects of



- need for affect and need for cognition, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34: 769-778.
13. HUIĆ, A., (2012) Potreba za emocijama – doprinos valjanosti i efikasnijem mjerenju, *Psihologijske teme* 21(2): 337-358
  14. JOVANČEVIĆ, M. (2004). *Godine prve: zašto su važne: vodič za roditelje i stručnjake koji rade s djecom predškolskog uzrasta*. Sysprint.
  15. KORN, O. (2017). Designing Authentic Emotions for Non-Human Characters: A Study Evaluating Virtual Affective Behavior. Preuzeto s [https://www.researchgate.net/figure/The-circumplex-model-of-affect-adapted-from-24\\_fig1\\_317422892](https://www.researchgate.net/figure/The-circumplex-model-of-affect-adapted-from-24_fig1_317422892) (5. 10. 2023.)
  16. LEONE, L., CHIRUMBOLO, A. (2008). Conservatism as motivated avoidance of affect: Need for affect scales predict conservatism measures. *Journal of Research in Personality*, 42: 755-762.
  17. LANTIERI, L. (2012). *Vježbe za razvoj emocionalne inteligencije*. Harfa.
  18. LONGO, I. (2016). *Crte iz bilježnice psihologa*. Harfa.
  19. MAIO, G. R., ESSES, V. M., (2002). Expanding the assessment of attitude components and structure: The benefits of open-ended measures. *European review of social psychology*, 12(1): 71-101.
  20. MAYER, J. D., SALOVEY, P., (2000). Models of emotional intelligence. *Handbook of intelligence*, 2: 396-420.
  21. OXFORD ENGLISH DICTIONARY, (2023). Preuzeto s: <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/> (5. 10. 2023.)
  22. PINJATELA, R. (2012). Samoregulacija u ranom djetinjstvu. *Paediatrica Croatica*, 3 (56): 237-242.
  23. PETZ B. (2001) *Uvod u psihologiju: Psihologija za nepsihologe*. Peto izdanje. Jastrebarsko. Naklada Slap.
  24. PRIBELA – HODAP, S. (2021). Zdravo odrastanje: Igre koje pomažu razviti djetetovu emocionalnu inteligenciju, Preuzeto s: <https://www.roda.hr/porta/djeca/zdravo-odrastanje/igre-koje-pomazu-razviti-djetetovu-emocionalnu-inteligenciju.html> (5. 10. 2023.)

25. SINDIK, J. (2010) Povezanost emocionalne kompetencije te mašte i empatije odgojitelja sa stavovima o darovitoj djeci, *Život i škola*, 24(56): 65-90.
26. SALOVEY, P., MAYER, J. D., CARUSO, R. D. (2008). *The positive Psychology of Emotional Intelligence Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University.
27. SALOVEY P., SLUYTER D.J, (1997). *Emocionalni razvoj i emocionalna inteligencija: pedagoške implikacije*, Zagreb: Educa.
28. SHAPIRO, L. (2019). *Kako razviti emocionalnu inteligenciju djeteta*. Zagreb: Mozaik knjiga.
29. 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*. Zagreb: Golden marketing.
30. TAKŠIĆ, V., SMOJVER AŽIĆ, S. (2016). Promocija zdravlja razvojem socioemocionalnih kompetencija u školskom okruženju. Rijeka: Medicinski fakultet Sveučilišta u Rijeci.
31. TAKŠIĆ, V., MOHORIC, T., MUNJAS, R. (2006). Emocionalna inteligencija: teorija, operacionalizacija, primjena i povezanost s pozitivnog psihologijom. *Društvena istraživanja Zagreb*, 4(5): 729-752.
32. WOOLFSON, R. (2006). *O čemu moje dijete razmišlja? Razumijevanje beba i mališana od rođenja do treće godine života*. Zagreb: Naklada Ljevak.
33. WOOLFSON, R. (2007). *Kako imati sretno dijete, odgovori na emotivne potrebe djeteta između 4 i 12 godina*. Zagreb: Naklada Ljevak.

## POPIS SLIKA I TABLICA

Slika 1. Emotivni kružni spektar .....	8
Slika 2. Gardnerov model višestrukih inteligencija.....	11
Slika 3. Sastavnice emocionalne inteligencije .....	19
Slika 4. Prikaz lica s emocijama za izradu slikovnica .....	34
Slika 5. Primjer izgleda kartica s emotikonima .....	35
Slika 6. Prikaz papirnatog lanca na koji se upisuju dobra djela .....	36
Slika 7. Primjer emotivne poklapalice.....	37
Slika 8. Bajke koje se mogu koristiti u Zamrznutoj priči .....	38
Slika 9. Prikaz emotivne gusjenice .....	39
Slika 10. Terapeutske slikovnice.....	40

## **SAŽETAK**

Emocionalni razvoj djeteta započinje od trenutka njegovog rođenja i prati ga tijekom cjelokupna odrastanja, ali i u odrasloj dobi. Uloga roditelja i odgojitelja u emocionalnom razvoju te razvoju emocionalne inteligencije kod djeteta nezamjenjiva je kako bi iz samog procesa proizašli samo najbolji pozitivni rezultati. Pritom, predmet ovog rada je prikaz osnovnih pojmova koji se povezuju s emocijama i inteligencijom te emocionalnom inteligencijom kod djece u prvim razdobljima njihove razvojne dobi. Cilj rada je analizirati važnost emocionalnog razvoja djeteta rane i predškolske dobi unutar obitelji te u ustanovi ranog i predškolskog odgoja te prikazati utjecaj kako roditelja u obitelji tako i odgojitelja u formalnom obrazovanju.

**Ključne riječi:** emocije, emocionalni razvoj djeteta, emocionalna inteligencija, odgojitelj u predškolskoj ustanovi

## **SUMMARY**

The emotional development of a child starts from the moment of his birth and follows him throughout his entire upbringing, as well as into adulthood. The role of parents and educators in emotional development and the development of emotional intelligence in a child is irreplaceable so that only the best positive results come out of the process itself. At the same time, the subject of this paper is the presentation of the basic terms that are associated with emotions and intelligence and emotional intelligence in children in the first periods of their developmental age. The aim of the paper is to analyze the importance of the emotional development of a child of early and preschool age within the family and in an institution of early and preschool education, and to show the influence of both parents in the family and educators in formal education.

**Keywords:** emotions, child's emotional development, emotional intelligence, educators