Samopouzdanje predškolske djece

Aljinović, Petra

Undergraduate thesis / Završni rad

2020

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Split, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Split / Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:172:089228

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-29**

Repository / Repozitorij:

Repository of Faculty of humanities and social sciences

zir.nsk.hr

UNIVERSITY OF SPLIT

dabar
DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

SVEUČILIŠTE U SPLITU

FILOZOFSKI FAKULTET

ODSJEK ZA RANI I PREDŠKOLSKI ODGOJ I OBRAZOVANJE

ZAVRŠNI RAD

SAMOPOUZDANJE KOD PREDŠKOLSKE DJECE

PETRA ALJINOVIĆ

Split, srpanj 2020

SVEUČILIŠTE U SPLITU

FILOZOFSKI FAKULTET

ODSJEK ZA RANI I PREDŠKOLSKI ODGOJ I OBRAZOVANJE

ZAVRŠNI RAD

SAMOPOUZDANJE KOD PREDŠKOLSKE DJECE

Studentica: Petra Aljinović

Mentor: izv. prof. dr. sc. Ina Reić- Ercegovac

Komentor: mag. psych. Bruno Barać

Split, srpanj 2020.

Sadržaj

Uvod 1
1. Samopoimanje 2
2. Samopouzdanje 6
2.1. Razvoj samopouzdanja 10
3. Razvoj samopouzdanja u dječjem vrtiću 11
4. Neke značajke samopouzdanja 13
4.1. Osjetljiva područja 14
4.2. Označavanje osobe u djetinjstvu 14
5. Koraci za razvoj djetetovog samopouzdanja i pozitivne slike o sebi 15
Zaključak 18
Sažetak 19
Summary 19
Literatura 20
IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI 23
IZJAVA O POHRANI 24

Uvod

Samopouzdanje je vrlo važna osobina svakog pojedinca, ono se razvija tijekom cijelog života, od djetinjstva do odrasle dobi. Samopouzdanje osobe se održava njegovom sposobnošću razmišljanja, učenja, donošenja odluka i rješavanja problema. Samopouzdanje se odnosi na vjerovanje da smo sposobni izvesti određene postupke koji će dovesti do željenih ishoda. Drugim riječima, ono je vjera u sebe i svoju sposobnost. Također, samopouzdanje je vrlo važna osobina koja će osobu pratiti njegov cijeli život, te je ono osobina koja će utjecati na kvalitetu njegovog života. Samopouzdanje je dio slike o sebi, odnosno dio samopoimanja. Samopouzdanje se odnosi na to vjeruje li pojedinac u sebe i svoje sposobnosti.

Kada su u pitanju djeca, samopouzdanje je pozitivna osobina koju želimo razvijati kod svakog djeteta. Samopouzdano dijete će prihvaćati odgovornosti, znat će kontrolirati svoja ponašanja, lako će sklapati prijateljstva, bit će spremno na suradnju i kompromis, bit će radoznalo i kreativno, uporno i neće odustajati. Sve ove osobine kod djeteta želimo razvijati, te osvijestiti iznimnu važnost samopouzdanja kao osobine.

1. Samopoimanje

Samopoimanje, self-koncept, slika o sebi (self-image) i "Ja" su pojmovi koji najčešće označavaju psihološki konstrukt koji bi se mogao definirati kao fenomenološka organizacija iskustva individue i ideja o njoj samoj u svim aspektima njezina života (Lacković-Grgin, 1994, prema Elez, 2003). Samopoimanje (self-koncept) je središnji pojam u teorijama "selfa". Smatra se kako je sposobnost refleksije o sebi jedinstvena ljudska sposobnost (Andrews, 1998, prema Grozdek, Kuterovac Jagodić i Zarevski 2007). Stručnjaci za hrvatski jezik smatraju da je pojam o sebi ili "self" najprikladnije prevesti kao samopoimanje. Samopoimanje se može definirati kao skup mišljenja i stavova što ih pojedinac ima o sebi (Filipović, 2002). Za označavanje mišljenja i osjećaja koje osoba ima o sebi, u literaturi se koriste još termini samopercepcija, slika o sebi, shema, samoodređenje, svijest o sebi, pojam o sebi, mišljenje o sebi, shvaćanje sebe, samopouzdanje, samopoštovanje, samovrednovanje i slično (Bezinović, 1988, prema Grozdek i sur., 2007).

Samopoimanje jest sveukupnost doživljaja koje osoba ima o sebi i svojem identitetu, način na koji sebe vidi i kakvim se vidi. Samopoimanje je percepcija vlastitih sposobnosti, postignuća, karakteristika ličnosti i ponašanja. Ono sadrži spoznaje o fizičkim karakteristikama (tjelesno samopoimanje), specifičnim postignućima (školsko samopoimanje), društvenim ulogama i prihvaćenosti u društvu. Samopoimanje uključuje i vrjednovanje tih osobina, što dolazi do izražaja u samopoštovanju. Naziv samopoimanje koristi se za označivanje doživljaja različitih aspekata sebe i odnosa prema sebi: samouvjerenost, samosvijest, samopouzdanje, samopoštovanje, samoregulacija, samovrednovanje, samoučinkovitost i slično. U razvoju samopoimanja važnu ulogu ima "socijalno ogledalo", tj. način na koji osobu vide i kako se prema njoj odnose drugi ljudi u složenim procesima socijalne interakcije, koji uključuju i utjecaj toga što osoba misli da drugi misle o njoj (Hrvatska enciklopedija).U psihološku teoriju ovaj pojam uvodi James 1890. godine (Lacković-Grgin, 1994, prema Elez, 2003). Jamseov doprinos razvoju teorija samopoimanja je vidljiv na području ispitivanja odnosa privatnog i javnog pojma o sebi, te samoevaluacije. Smatrao je da pojedinac vrednuje sebe na temelju kompetencije u odabranim područjima, te da ta vrednovanja direktno utječu na samopoštovanje. U Websterovom rječniku engleskog jezika (1976; str. 1049-1051, prema Elez, 2003) navedena su četiri temeljna značenja ovog pojma i 378 termina s prefiksom "self". Imenica self označava sljedeće:

a) sveukupnu osobnost pojedinca;

b) tipičan karakter ili ponašanje pojedinca;

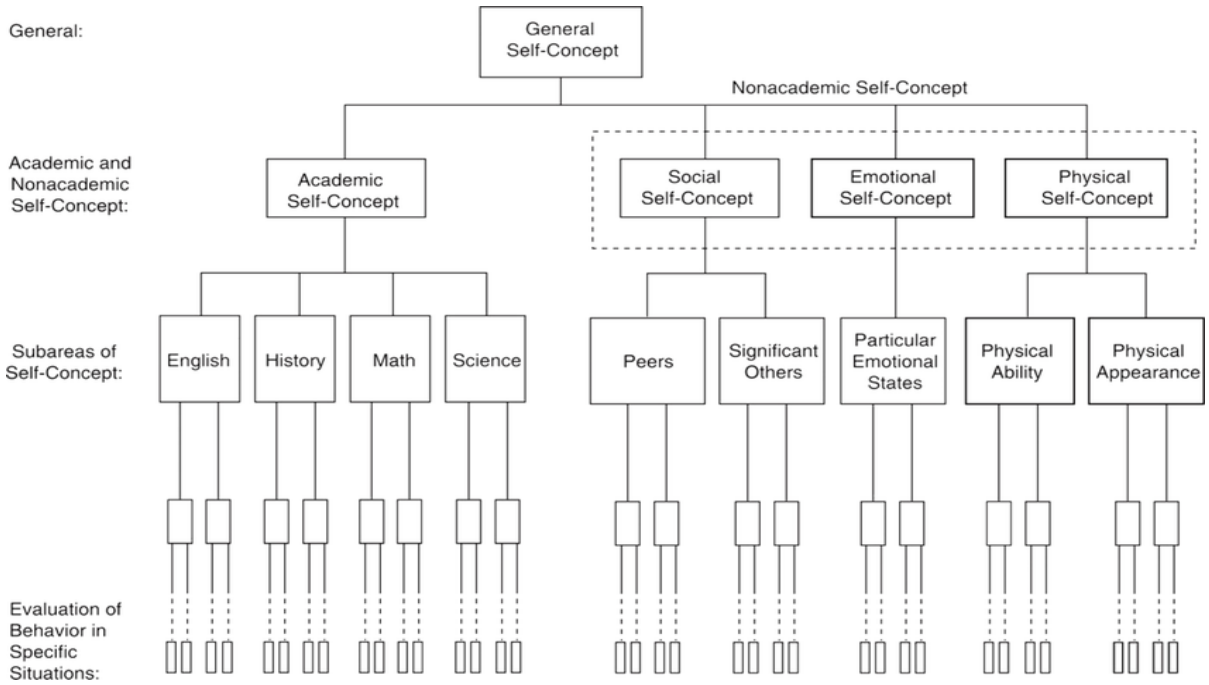
c) osobu u njenom najboljem izdanju;

d) jedinstvo elemenata (tijelo, emocije, mišljenje i sl.) koji čine pojedinca prepoznatljivim (Bezinović, 1988, prema Elez, 2003).

Proučavanju tog konstrukta značajno je doprinijela kognitivna psihologija zbog svoje usmjerenosti na unutarnje procese, kako kognitivne, tako i afektivne, koji su povezani s usmjerenim ponašanjem. Teoretičari, kad govore o kognitivnim shemama u kojima su organizirane informacije o sebi, smatraju da je važno uspostaviti relaciju između dva bliska pojma – samopoimanja (deskriptivni aspekt sebe) i samopoštovanja (evaluativni aspekt sebe). Samopoimanje kontrolira procesiranje informacija relevantnih za ”ja”, a samopoštovanje je ključni aspekt samopoimanja čija se uloga u strukturi samopoimanja ogleda u suočavanju ”ja” s vanjskim informacijama. Samopoimanje služi kao osnova ponašanja pojedinca. Obuhvaća odgovore na to što je osoba, što ona može (realno ja) i što bi htjela biti (idealno ja) (Lacković-Grgin, 1994, prema Elez, 2003). Autori Wilson i Wilson (1976, prema Brennan i Bosson, 1998) identificirali su 11 izvora samopoštovanja, a to su: međuljudski odnosi, obiteljski odnosi, uspjeh, moć, status, samopoimanje, tjelesno samopoimanje, očekivanja od budućnosti, odabir profesije, akademske brige i natjecanje. Shavelson, Hubner i Staton (1976, prema Grozdek i sur, 2007) definiraju samopoimanje kao osobnu percepciju sebe, koja se formira kroz osobna iskustva u okolini, kroz interpretaciju te okoline i događaja koji se u njoj odvijaju, a pod snažnim je utjecajem značajnih osoba iz okoline. Također, prema Barberić (2017) dvojca teoretičara simboličkog interakcionizma Cooley (1912) i Mead (1934) ističu značaj drugih osoba u izgrađivanju samopoimanja, oni smatraju da se "self" jedino i može razviti u grupi, dok Mead (1934, prema Barberić, 2017) ističe još jednu značajnu zamisao. Za izgrađivanje samopoimanja najvažnije su samo neke osobe tzv. "značajni drugi". Samopoimanje, pa tako i samopouzdanje, se tijekom života mijenja i razvija. Razvoj samopoimanja se odvija i prema načelu od konkretnog prema apstraktnom, što znači da se djeca rane i predškolske dobi opisuju u terminima konkretnih, opažljivih karakteristika, a tek poslije se javljaju procjene vlastitih osobina, sposobnosti i interpersonalnih karakteristika koje su apstraktnije. U razdoblju od ranog do srednjeg djetinjstva djeca se sve složenije opisuju, no koristeći se uglavnom konkretnim karakteristikama i opisima koji su nerealistični i jednodimenzionalni. Tijekom navedenog razdoblja se počinje javljati i vremenska usporedba sadašnjega "ja" s onim u mlađoj dobi, kao i

prvi počeci socijalne usporedbe (Harter 1999, prema Grozdek i sur, 2007). U razdoblju srednjeg i kasnog djetinjstva u samopoimanju počinju se javljati osobine koje se uglavnom odnose na sposobnosti i interpersonalne osobine, a socijalna se usporedba, za razliku od ranijeg razdoblja, sada koristi i u svrhu samoevaluacije, a ne samo samoopisa. To povećava realističnost samoevaluacija, a u ovom razdoblju djeca počinju prihvaćati mišljenja i standarde drugih, osobito kada je riječ o školskoj kompetentnosti. U razdoblju adolescencije u opisima vlastite osobnosti javljaju se osobine ličnosti i vrijednosti, kao i emocionalne kompetencije. Djeca starija od 8 godina, osim što dobro razlikuju područja svoje kompetentnosti, konstruiraju i opći pogled na sebe kao osobu. Taj opći pogled je posljedica procesa samovrednovanja i nadilazi percepciju kompetentnosti u pojedinim specifičnim područjima (Rosenberg 1979, prema Grozdek i sur., 2007).

Pozitivna slika o sebi, odnosno pozitivno samopoimanje, se odražava i kroz visoko samopoštovanje. Osobe koje imaju pozitivnu sliku o sebi (self-concept) su isto tako i osobe koje imaju visoko samopouzdanje. Ovakve osobe ne misle nužno o sebi da su savršene ili da su bolje od drugih, nego su ovakve osobe zadovoljne s onim što jesu (Myers-Walls, Hinkley i Reid, 2015). Od postojećih modela samopoimanja dobru razradu i empirijsku potvrdu do danas ima multifacetni, hijerarhijski model Shavelsona i suradnika (Lacković-Grgin, 1994, prema Barberić, 2017). Taj je model utemeljen na shvaćanjima autora da se samopoimanje formira preko iskustva s okolinom i kroz subjektivnu interpretaciju te okoline. Autori naglašavaju i važnost utjecaja povratih informacija od značajnih osoba u formiranju samopoimanja pojedinca, pri čemu povratna informacija služi kao potkrepljenje i potvrda ponašanja. Na modelu kojeg prikazuje slika 1. vidi se prikaz tog modela self-koncepta (samopoimanja). Na vrhu se nalazi generalni self-koncept koji se dijeli na dvije komponente akademski i neakademski self, koji se opet dijele na specifične grupe odnosno faktore. Akademsko samopoimanje dijeli se na područja materinjeg jezika, povijesti, matematike i prirodnih znanosti. Neakademsko sadrži tri kategorije- socijalno (vršnjaci i značajne osobe), emocionalno (pojedinačna emocionalna stanja) i tjelesno samopoimanje (tjelesne sposobnosti i tjelesni izgled). Posljednju razinu modela čini evaluacija ponašanja u specifičnim situacijama.



[1]Slika 1. (Shavelson, R. J., J. J. Hubner. & G. C. Stanton (1976))

1.1 Elementi samopoimanja

Dimenzije pojma o sebi (samopoimanja) imaju tri bitna elementa: 1. znanje o sebi, 2. očekivanja o sebi, 3. vrednovanje sebe.

Znanje o sebi ili svijest o sebi je dio pojma o sebi koji se odnosi na ono što osoba zna o sebi. Ono se razvija tijekom djetinjstva i isprepleteno je s razvojem drugih kognitivnih i socijalizacijskih procesa. Djeca koja mogu istraživati, ispitivati i otkrivati svoje ja obično su bolje prilagođeni. Ako osoba nije svjesna zbog čega je u nečemu uspješna ili neuspješna, te ako ne vidi kakva je, ne može se početi mijenjati. Važno je vidjeti sebe onakvim kakvim jesmo, budući da osoba može promijeniti samo ono čega je svjesna (Rijavec i Miljković, 2001). Znanje o sebi se odnosi na dob, spol, visinu, težinu, nacionalnost, znanje, osobine, socijalni status (Miljković, Rijevec, 1997, prema Barberić, 2017).

[1] Slika dostupna na: https://www.researchgate.net/figure/Shavelson-R-J-J-J-Hubner-G-C-Stanton-1976_fig1_264347174 pristupljeno: 08. srpnja 2020. u 11:40h

Očekivanja od sebe mogu se pojaviti u obliku idealnog i očekivanog ja. Idealno ja se odnosi na osobine koja bi osoba htjela imati, njezine nade i želje. Očekivano ja se odnosi na osobine za koje osoba ili ljudi oko nje smatraju da ih treba imati. To su dužnosti, obveze i odgovornosti (Rijavec i Miljković, 2001). Treći element je vrednovanje sebe u pozitivnim i negativnim terminima. Svakodnevno procjenjujemo ono što jesmo i kakvi jesmo s onime što bismo željeli mogli ili trebali biti. Ako su procjene uglavnom negativne osoba će imati lošu sliku o sebi, ako su procjene uglavnom pozitivne onda je i slika o sebi pozitivna (Rijavec i Miljković, 2001).

2. Samopouzdanje

Pojam o sebi je ukorijenjen u sustav međusobno povezanih procesa koji na njega utječu i drugih koji su pod njegovim utjecajem. Pojam o sebi ili self – koncept obuhvaća samopoimanje – sliku o sebi, čiji je dio samopouzdanje (Grgin-Lacković, 1994, prema Lopac, 2017). U psihologiji postoji više definicija samopouzdanja, a neke od njih su navedene dalje u tekstu.

Samopouzdanje se može smatrati karakteristikom individualne razlike. I samopouzdanje i samopoimanje se temelje na procjeni sebe, ali ova dva koncepta se ne preklapaju u potpunosti. (Stankow i Crawford, 1997, prema Cramer, 2018). Samopouzdanje jest dio samopoimanja, ali se također razmatra kao zasebna cjelina (Kroner i Biermann, 2007., Stankow i Crawford, 1997, prema Cramer, 2018). Često se može misliti kako su pojmovi samopouzdanje i samopoštovanje slični, no kada govorimo o samopouzdanju (engl. self-confidence) uz njega vežemo i termin samopoštovanja (engl. self-esteem) koji su dio samopoimanja. Iako zvuče slično, zapravo su različiti, obje osobine se razvijaju rano u djetinjstvu. *Self-confidence* (samopouzdanje jest vjerovanje u vlastite sposobnosti, kvalitete, i prosudbu), a *Self-esteem* (samopoštovanje jest vjerovanje u vlastitu vrijednost). Samopouzdanje je više vezano uz postignuća, sposobnosti i vještine. Imamo samopouzdanje da možemo trčati "na sto metara", dobro govoriti engleski, kuhati; to je nešto što pokazujemo prema vani. Samopoštovanje je osjećaj i vjerovanje da smo vrijedni sami po sebi jer smo ljudsko biće. Vjera u sebe i samopouzdanje ključni su pojmovi u postizanju bilo kojeg životnog cilja; temelj im se postavlja u djetinjstvu, a gradi se cijeli život. Samopouzdanje svatko može izgubiti zbog životnih okolnosti, ali ga može i vratiti (Divjak, 2008, prema Barberić, 2017). Samopouzdanje se razvija tijekom života, nije osobina s kojom se dijete rodi. Samopoštovanje se sastoji od osjećaja vlastite vrijednosti i samopouzdanja. Samopouzdanje

je dio slike o sebi i odnosi se na procjenu vlastitih sposobnost za obavljanje različitih zadataka ili oblika ponašanja (Miljković, Rijavec, 2004, prema Barberić. 2017). Istraživanje dječjeg samopouzdanja je pokazalo da se samopouzdanje mijenja kako dijete prolazi kroz rano i kasno djetinjstvo, ali istovremeno se pokazalo da je razina samopouzdanja aspekt dječje osobnosti. Samopouzdanje je koncipirano na dva različita načina. Prvo, može se protumačiti kao aspekt metakognicije - „sposobnost da se ocijeni kvaliteta vlastitog kognitivnog rada za vrijeme njegovog obavljanja“. (Kleitman i sur., 2011, prema Cramer, 2018, str. 593). Drugo, smatran je svojstvom koje leži u "sučelju između sposobnosti i osobnost, aspekt motivacijskih utjecaja povezanih s egoom " (Stankow i Crawford, 1997, prema Cramer, 2018, str. 593). Pojedinac koji je samopouzdan može samostalno razmišljati, donositi odluke i rješavati probleme. Takva osoba vjeruje u sebe i svoje mogućnosti (Miljković i Rijavec, 2001). Samopouzdanje predstavlja pozitivno vrednovanje sebe i vjerovanje u osobne sposobnosti. Ono utječe na pojedinca tijekom čitavog života, a ključnu ulogu u formiranju i razvijanju samopouzdanja imaju bliske i djetetu važne osobe, koje, pored obitelji, čine odgajatelji, učitelji i vršnjaci (Stojanović, 2016). Samopouzdanje osobu dovodi do njegove sposobnosti razmišljanja, učenja, donošenja odluka i rješavanja problema koji se pojave na njegovom životnom putu. Osoba također vjeruje da ima pravo biti sretna, te zaslužuje postignuće, uspjeh i ljubav. Ova ponašanja ne možemo predvidjeti na temelju ponašanja i kontrole nego na temelju toga vjeruje li osoba da može izvesti specifična ponašanja o kojima se radi (Miljković i Rijavec, 2004, prema Lopac, 2017).

Samopouzdanje nije povezano s onim što se događa u izvanjskom životu. Samopouzdanje ne nastaje zbog nečega što pojedinac čini ili posjeduje, već zbog uvjerenja u unutarnju sposobnost da je osoba u stanju učiniti sve što želi (Lulić, 2015, prema Lopac, 2017). Samopouzdanje možemo definirati kao vjerovanje u vlastite sposobnosti kako bi se ostvarila odgovarajuća vještina i znanje, kako fizički, tako i psihički radi ostvarenja svog individualnog potencijala. Koncept samopouzdanja odnosi se na sigurnost u vlastite sposobnosti, moć i slično što se ponekad pokazuje vrlo široko. Ono je uvjerenje da smo sposobni razmišljati, učiti, birati, donositi odluke, svladavati izazove i promjene (Grgin-Lacković, 1994, prema Lopac, 2017). Samopouzdana osoba djeluje, ona je aktivna i potiče promjene. Zna ostvariti što želi i to postiže bez prevelikog napora, spontano i prirodno. Zanemarivanje, nepoštivanje, manjak vremena i ljubavi onemogućit će djetetu da izraste u cjelovitu osobu i kreativno izrazi svoj potencijal (Divjak, 2008).

Istraživanje s djecom pokazuje da je samopouzdanje stabilni dio dječje osobnosti u dobi od 9 do 13 godina (Kleitman i sur., 2011, prema Cramer, 2018). Nadalje, pokušaji modificiranja samopouzdanja eksperimentalnim manipulacijama uglavnom su se uvelike pokazala neuspješnima, što sugerira da je samopouzdanje stabilna osobina. Malo je informacija o promjeni samopouzdanja u djetinjstvu (Cramer, 2018). Samopoimanje, uključujući sve dimenzije pa tako i samopouzdanje, je psihološki konstrukt koji bi se mogao definirati kao fenomenološka organizacija iskustva individue i ideja o njoj samoj u svim aspektima njezina života. Ovako definiran uključuje dva aspekta. Jedan aspekt se određuje kao JA i smatra se znalcem dok drugi se određuje kao MENE i smatra ga se objektom znanja (Grgin-Lacković, 1994, prema Lopac, 2017). Autori Vasta i sur., (1998) objašnjavaju da je "Ja" egzistencijski pojam o sebi, dok je "mene" empirijski pojam o sebi. "Ja" se odnosi na subjektivni doživljaj postojanja, koji uključuje: osjećaj osobnog identiteta, svijest o postojanju tijekom vremena, te osjećaj sposobnosti. "Mene" se odnosi na objektivnije razumijevanje nečijih osobnih obilježja poput tjelesnog izgleda, socijalnog statusa, osobina ličnosti itd. Ove dvije stavke zajedno čine svijest o tome tko je osoba.

Ona djeca koja su stekla osjećaj sigurnosti imaju razvijenije samopouzdanje što je važna socijalna komponenta i doprinosi razvoju društvene omiljenosti. Time roditelji utječu na učestalost i prirodu interakcije koji će djeca i mladi imati s vršnjacima. Konačno, roditeljske odgojne metode mogu pomoći pri stjecanju socijalnih vještina potrebnih za uspjeh u vršnjačkoj skupini. U kasnijim uzrastima odnosi s vršnjacima postaju još značajniji. Promjene asimetričnih u simetrične interakcije nastaju kao posljedica sveukupnog razvoja u adolescenciji. Porast kognitivnog kapaciteta i diferencijacija socijalnih uloga dovode do uspostavljanja novih socijalnih odnosa. Neke uloge će inicirati nove asimetrične interakcije koje će utjecati na razvoj samopouzdanja (Grgin-Lacković,1994, prema Lopac, 2017).

Autorice Miljković i Rijavec (2001) navode da samopouzdan čovjek vjeruje kako je sposoban razmišljati, učiti, donositi odluke i rješavati probleme. On također vjeruje kako ima pravo biti sretan i kako zaslužuje postignuće, uspjeh, prijateljstvo i ljubav. I obično, sve to postiže. Samopouzdano dijete: prihvaća odgovornost, zna se kontrolirati, nije agresivno (osim kad je to nužno), lako sklapa prijateljstva, spremno je na suradnju, radoznalo, kreativno je, uporno je i ne odustaje na prvoj prepreci, nije pretjerano vezano za roditelje, podnosi kritiku i neuspjeh. Nesamopouzdano dijete je: stidljivo, boji se novih situacija, agresivno je, lako odustaje

i teško podnosi neuspjeh, pretjerano osjetljivo na kritiku, često govori "Ja to ne mogu", pretjerano vezano za roditelje, sklono perfekcionizmu, teško donosi odluke i izražava svoje mišljenje, ne prihvaća pohvale, često je ljubomorno na ostalu djecu. Djeca s visokim samopouzdanjem imaju osjećaj unutrašnje vrijednosti, koji im pomaže da spremno dočekuju izazove i rade u suradnji s drugima. Djeca niskog samopouzdanja imaju tendenciju da se usmjeravaju na greške umjesto na uspjehe, probleme umjesto na izazove i teškoće umjesto na mogućnosti (Zeigler-Hill, Besser i King, 2011, prema Stojanović, 2016). Samopouzdanje omogućuje djeci predškolske dobi da prilikom rješavanja zadataka vjeruju u sebe i svoje sposobnosti. Ona na taj način razvijaju osjećaj odgovornosti i povjerenja u sebe, što dovodi do zdravog i stabilnog samopouzdanja. Djeca predškolske dobi s visokim samopouzdanjem sebe vide pozitivno, zadovoljni su sobom i imaju pozitivan pogled na život. Predškolska djeca koja imaju nisko samopouzdanje imaju negativnu sliku o sebi i nedostatak povjerenja u sebe i svoje mogućnosti. Ona ovise o drugima i njihovoj pomoći da ostvare zadatke, razvijaju osjećaj frustracije i burno reagiraju kada se stvari ne odvijaju na način kako su oni to zamislili (Fiorentino, 2004, prema Stojanović, 2016).

S porastom životne dobi povećava se vrijeme koje djeca provode u interakcijama s vršnjacima. Te se interakcije odvijaju u formalnim i neformalnim dječjim grupama u kojima djeca zauzimaju određeni socijalni status. Dječji status u grupi ovisi od mnogim čimbenicima, kao što su školski uspjeh, prijateljstvo te vanjski tjelesni izgled. Zadovoljenje prije navedenih težnji donosi djeci ugodan osjećaj samopouzdanja i vrijednosti. Socijalni statusi imaju relativnu stabilnost u vremenu, a primjećuje se da negativni statusi pokazuju veću stabilnost. Nezadovoljenje težnji djece da budu prihvaćena i da imaju pozitivni socijalni status u grupi vršnjaka može dovesti do trajnog osjećaja nekompetentnosti, manje vrijednosti i neadekvatnosti, odnosno do niskog samopouzdanja. Ona djeca koja zauzimaju status popularnog u grupi vjerojatno će imati više samopouzdanja dok će djeca koja imaju negativan status imati i niže samopouzdanje. Značajno niže samopouzdanje odbačenih bez obzira na uzorke takvog statusa u grupi može se objasniti nemogućnošću uspostavljanja bliskih odnosa s članovima grupe u kojoj se osoba svakodnevno nalazi (Grgin-Lacković, 1994, prema Lopac, 2017).

2.1. Razvoj samopouzdanja

Djeca su često aktivna, jedinstvena, vrlo radoznala i znatiželjna. Ipak svako je dijete posebno, te mu je potrebna pomoć da razvije svoj puni potencijal. Za razvoj dječjih potencijala važne su i institucije, a posebno predškolska ustanova gdje se djecu potiče u cjelovitom razvoju. Odgoj i obrazovanje u ranoj i predškolskoj dobi jest pružanje smjernica djeci od rođenja do dobi od šest/sedam godina za razvoj i napredak. Cilj je poticati njihov rast i razvoj prije nego što dijete krene s formalnim obrazovanje u sklopu osnovne škole. Odgoj i obrazovanje u ranom djetinjstvu je vrlo važno, te ima presudnu ulogu u razvoju djece kao temelj razvoja dječje osobnosti. U razdoblju rane i predškolske dobi djeca prolaze kroz osjetljivo razdoblje često zvano "zlatno doba". U ovom se razdoblju razvijaju tjelesne, kognitivne, socijalne i emocionalne vještine. Stoga, odgovarajući poticaji su potrebni da bi se postigao optimalan rast i razvoj djeteta, a ne kašnjenje u razvojnim fazama (Ningrum, Ningrum, Reza i Maulidiyah, 2019). Tijekom ranih godina djeca grade razumijevanje sebe kao pojedinaca. Ti procesi važni su i u razvoju samopouzdanja. Djeca, surađujući s ljudima, manipulirajući predmetima, te s iskustvima u svijetu koji ih okružuje razvijaju sliku o sebi. Kako djeca odrastaju samopouzdanje i samosvijest se razvijaju. Ova sposobnost proaktivnog odnosa sa svijetom podupire sve ostale aspekte učenja djeteta (Brown i sur, 2009). Novorođenče ne posjeduje svijest o sebi niti o svijetu koji ga okružuje. U prvim danima života pretežno spava, a u budnom stanju reagira nizom urođenih refleksa koji su nefleksibilni. Krajem prvog mjeseca javlja se početak spoznaje. Između trećeg i petog tjedna života javlja se sposobnost dojenčeta za razlikovanje poznatog od nepoznatog lica. Moglo bi se zaključiti da se počeci razvoja svijesti o sebi vezuju uz vrijeme kada dijete počinje uočavati razlike između svoga tijela i objekata. Od četvrtog mjeseca postoje znakovi da dijete koristi sebe kao uporište pri pretraživanju okoline no nema jasan doživljaj sebe kao posebnog bića (Starc, Čudina-Obradović, Pleša, Profaca i Letica, 2004). Oko treće, odnosno, četvrte godine života djeca smatraju da "ja" posjeduju i životinje i biljke. U to vrijeme djeca sebe razlikuju od drugih po fizičkim karakteristikama ili predmetima koje posjeduju. Prema Vasta i sur., (1998) u ovom periodu se također javlja svijest o različitosti spola i dobi, te uspoređivanje, po tom pitanju, s drugima. U četvrtoj godini života započinje razvoj samopouzdanja kao unutarnjeg psihološkog konstrukta. Pri tome djetetu pomaže govorni razvoj. Rast i razvoj vokabulara omogućuje djetetu imenovanje osjećaja, želja, stanja i iznošenje ideja. Pomoću tih riječi se izgrađuje pojam o sebi koristeći razne atribute. Ako okolina ohrabruje i poučava dijete

izražavanju dijete će s vremenom sve uspješnije definirati sebe. Sposobnost za konstruiranje koncepta samopouzdanja se razvija postupno (Starc i sur, 2004). Od pete, odnosno, šeste godine, djeca sve više počinju uspoređivati svoje vještine i sposobnosti s drugom djecom radi razvijanja pojma o sebi. Socijalno uspoređivanje je usporedba vlastitih sposobnosti sa sposobnostima drugih osoba (Larsen i Buss, 2008, prema Lopac, 2107). Uspostavljanje jasnog pojma o sebi , pa tako i razvoj samopouzdanja, znatno mijenja djetetovo ponašanje. Uspostavljen pojam o sebi omogućuje nastanak mnogih emocionalnih i socijalnih vještina kao što su empatija, pomaganje drugima i igre oponašanja. Istodobno s razvijanjem pojma o sebi djeca postaju svjesna svoje različitosti (Vasta i sur, 1998). Za razvoj samopouzdanja najvažnija je interakcija u obitelji koja započinje vrlo rano prije nego što se većina djece počne družiti s vršnjacima. Tada djeca imaju različiti osjećaj sigurnosti u odnosu s osobom koja se brine za njih. Ona djeca koja su stekla osjećaj sigurnosti postižu bolje rezultate pri stjecanju samopouzdanja kao važne socijalne komponente i društvene omiljenosti. Time roditelji utječu na odnos koji će djeca i mladi imati s vršnjacima (Grgin-Lacković, 1994, prema Lopac, 2017).

U razvoju samopouzdanja naglašenu funkciju ima prijateljstvo. Specifičnost prijateljskog odnosa je upravo u tome što takav odnos u najvećoj mjeri omogućuje zadovoljenje potrebe osobe da bude jedinstvena i vrijedna. To je odnos koji ohrabruje pozitivnu samoevaluaciju i sprječava ugrožavanje samopouzdanja. U prijateljskom odnosu, zbog uzajamnog poštovanja, koji je značajna dimenzija prijateljstva, osoba se trudi postići konsenzus razmjenom ideja i osjećaja kroz diskusiju i evaluaciju. Na taj način kriterij za evaluaciju dolazi do osoba u interakciji. Tako se ne samo razumijevaju i evaluiraju stvari i ideje iz okolnog svijeta već se i razvija samopouzdanje (Grgin-Lacković,1994, prema Lopac, 2017).

3. Razvoj samopouzdanja u dječjem vrtiću

U složenom sustavu kao što je dječji vrtić, nijedan dio ne može se opisati ni razumjeti bez povezanosti sa svim ostalim dijelovima koji čine cjelinu. Svaki dječji vrtić predstavlja tkanje višestruko isprepletenih težnji i akcija svih koji u njemu svakog dana djeluju i sudjeluju; njihovih interakcija s prostorom i drugim osobama, njihove komunikacije i odnosa, načina organizacije vremena i aktivnosti i slično (Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj, 2014). Dječji vrtić kao ustanova ima nezamjenjivu ulogu u razvoju i obrazovanju djece. Rani i predškolski odgoj i obrazovanje budi i potiče razvoj osobnog identiteta djeteta ga osnažuju da bude dosljedno

samo sebi, razvija samopoštovanje, stvara pozitivnu sliku o sebi te izgrađuje osjećaj sigurnosti u susretu s novim ljudima i iskustvima u užem i širem socijalnom okruženju (Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj, 2014).

> Dijete je kreativno i interaktivno biće koje aktivno sudjeluje u svom odgoju i socijalizaciji. Djetetova aktivna priroda prepoznaje se u njegovoj igri, spontanom učenju, istraživanju, znatiželji, maštanju i zamišljanju. Spoznaja da djeca, kao i odrasli, traže odgovore na pitanja koji će pomoći da sama sebe bolje razumiju, potaknula je mnoge autore na istraživanje osobne i socijalne kompetencije jer, kako je poznato, rano djetinjstvo postavlja prve okvire razvoja pojma o sebi, koji će sadržavati pozitivne i negativne elemente, lica i naličja (Jurčević-Lozančić, 2011, str. 1).

Prema Nacionalnom kurikulumu za rani i predškolski odgoj (2014) djeca uče prepoznati i prihvatiti svoje i tuđe potrebe, poštovati različitosti i graditi skrbne odnose s drugima te zajedno organizirati aktivnosti koje mogu moralno, materijalno i duhovno podizati kvalitetu života cjelokupne grupe, tj. zajednice. Dječji vrtić treba biti mjesto bez etiketiranja i osuđivanja; u dječjem vrtiću je potrebno napustiti unificirane, jedinstvene standarde za svu djecu u korist poštovanja i prihvaćanja različitosti djece. Dječji vrtić treba omogućiti ostvarivanje jednakih prava za sve. Djeci se treba omogućiti sloboda izbora aktivnosti, sadržaja, partnera za aktivnosti, prostora i načina oblikovanja aktivnosti, te ih poticati da za svoje izbore uče preuzimati odgovornost. Treba ih poticati i osposobljavati na samoprocjenu vlastitog djelovanja, mišljenja, učenja komunikacije s drugima i slično. Posebni ciljevi i zadaća odgoja predškolske djece jesu: očuvanje zdravlja, razvoj emocionalne stabilnosti, samostalnosti, pozitivne slike o sebi, socijalne interakcije, komunikacije, slobodnog izražavanja, radoznalosti-ljubopitljivosti, te razvoj kreativnosti i intelektualnih sposobnosti (Prijedlog koncepcije razvoja predškolskog odgoja 1991, prema Valjan-Vukić, 2011).

Važna značajka predškolske ustanove jest da je ona zajednica koja uči, što znači da bi trebala biti poticajna za djecu i odrasle da postanu, odnosno ostanu otvorenog uma. Okruženje predškolske ustanove kako djecu, tako i odrasle treba poticati i hrabriti na istraživanje i izražavanje svojih ideja, na otkrivanje drukčijih mogućnosti, drukčijih gledanja na stvari i novo razumijevanje svijeta i sebe samih (Slunjski, 2008). Odgajatelj u dječjem vrtiću ima vrlo važnu ulogu u razvoju djeteta, te razvoju njegove osobnosti i pozitivne slike o sebi. Odgojitelj mora biti spreman za cjeloživotno učenje, za prepoznavanje individualnih potreba djeteta, za komunikaciju

i suradnju kako s roditeljima, tako i s ostalim stručnjacima u području rada s djecom (Slunjski, 2008). Da bi učenje djece mogao kvalitetno podržati, odgajatelj najprije treba razumjeti način na koji djeca razmišljaju, a potom i uvažavati dječju perspektivu, što znači da odgajatelj najprije treba razumjeti što djeca misle i kako do svojih zaključaka dolaze (Slunjski, 2008). Okruženje vrtića vrlo je važan izvor učenja djece, kvalitetno i poticajno okruženje ima visok obrazovani potencijal, s obzirom na to da djeca uče aktivno (istražujući i čineći, te susretima s drugom djecom i odraslima). Bogatstvo i promišljenost izbora materijala djecu potiče na otkrivanje i rješavanje problema s kojima se susreću. Takvo poticajno okruženje djeci omogućuje postavljanje hipoteza, istraživanje, eksperimentiranje i konstruiranje znanja, što zapravo i jest cilj, budući da je i predškolski kurikulum konstruktivistički, sukonstruktivistički, integriran i holistički (Slunjski, 2008).

Aktivnost koja za dijete ima smisla, bez pritiska za uspjehom, aktivirat će u njemu sva njegova osjetila i motivirat će ga da se prisjeti prošlih iskustava te da ih poveže s novima. Djetetu treba omogućiti osjećaj uspjeha u onom što radi, dati mu do znanja da je to postiglo svojim trudom, bez tuđe pomoći, a motivacija za učenje i rad treba biti unutrašnja. U aktivnostima treba poticati dječju maštu i kreativnost, pa je to onda najbolji način za razvoj samopouzdanja u dječjem vrtiću (Jurčević-Lozančić, 2011).

4. Neke značajke samopouzdanja

Osobe najčešće ustanovljuju da ono što im ne dopušta napredak jesu ideje, stavovi i osjećaji koji su formirani u vrlo ranoj dobi. Emocionalna patnja, isto kao i tjelesna bol, imaju najjače poruke: "želimo ih izbjeći." Način na koji odlučujemo to učiniti može za nas biti dobar ali i loš (Litvinoff, 2006). Psihoterapeut Nathaniel Branden (1969, prema Baralić, 2014) koji je dao značajan doprinos u razumijevanju pojmova samopoštovanja i samopouzdanja, navodi da čovjekom vlada strah u onoj mjeri koliko mu nedostaje samopoštovanja i samopouzdanja. To je strah od stvarnosti u kojoj se pojedinac osjeća neadekvatno, strah od činjenica o sebi koje izbjegava ili ih potiskuje. Prema njegovim riječima, samopouzdanje se razvija kroz proces obavljanja različitih radnji i vrednovanja rezultata koje dobivamo iz okoline. Neprestano uspoređujemo dobivene podatke s našim očekivanjima, očekivanjima drugih od nas kao i s onim što drugi postižu. Društveno učenje nastavlja se i kasnije u djetinjstvu sve do dvadesetih. Ove godine obilježene su potrebom za pripadnošću i prihvaćenošću (Litvinoff, 2006).

4.1. Osjetljiva područja

Osjetljiva područja su područja gdje je osoba posebno nesigurna, gdje se može lako povrijediti. Mnoge osobe imaju osjetljiva područja koje, kada ih se pritisne, čine osobu bijesnom ili je ispunjava neizmjernom tugom, te često i agresivnošću (Litvinoff, 2006). Osjetljiva područja su jako važna za samopouzdanje, budući da porijeklo često datira iz djetinjstva. Može osoba misliti da je savladala neke probleme koji su je ljutili ili plašili, no često možemo otkrit da je još uvijek osjetljiva u nekom području. Ta osjetljivost može uvelike, a često i nesvjesno utjecati na njen život. Primjerice "dijete koje je živjelo u siromaštvu, a postane multimilijunaš i dalje će se plašiti bijede (Litvinoff, 2006, str. 199)." Izvori često nisu vidljivi. Kada netko neprimjereno burno reagira na nekakav beznačajan komentar, sa sigurnošću se može zaključiti da je dotaknuto osjetljivo područje (Litvinoff, 2006). Većina osjećaja vezana je za samu osobu, ali osjetljivo područje je povezano su uz to kako je netko bio označen u prošlosti. Ono što ljudi govore o toj osobi ju definira na jedan način, pogotovo ako je to netko iz kruga obitelji ili netko s autoritetom, primjerice učitelji ili odgajatelji. U ranoj i predškolskoj dobi dijete nema iskustvo ni dovoljno jak osjećaj samopouzdanja kako bi se moglo upitati je li to što je izrečeno istina. "Ako majka zaviče na dijete: "Ti si jedan grozan i zločest dječak!" možda će dijete stati na noge i reći: "Nisam!" ali u sebi tu ćete rečenicu upamtiti i s njom rasti. "Ova snažna i sveznajuća osoba rekla je to, i to mora biti tako." Isto tako, djeca ne znaju ocijeniti vrijednost ili istinitost poruka koje primaju, na primjer: "Ne volim te više"; "Ako ne požuriš, ostavit ću te ovdje i otići ću kući bez tebe"; "Ti ćeš me ubiti"; "Uhvatit će te čudovište ako ne pojedeš ručak", i tako dalje. Sve ovo roditelji, pa možda i odgajatelji i učitelji vjerojatno kažu nesvjesno, bez razmišljanja o značenju tih riječi, budući da znaju da nisu istinite. Djeca takve izjave doživljavaju doslovce. Ako čuju puno takvih poruka, kojima možda i neće upamtiti riječi ili prilike u kojima su izrečene, odrast će s osjećajem da je svijet neprijateljsko i opasno mjesto (Litvinoff, 2006, str. 201).

4.2. Označavanje osobe u djetinjstvu

Označavanje je drugačije od osjetljivih područja, no osoba će se sjećati kako su je drugi doživljavali dok je odrastala isto kao što se sjeća i svoga vlastitog imena. "Ako su joj neprestano govorili da je glupa, ne samo da će u to početi vjerovati nego se neće ni pokušati ponašati drugačije. Najčešće su i braći i sestrama dodijeljene određene uloge- neki su dobri, drugi pametni, neki stvaraju nevolje, drugi su šarmeri, neki su tihi, drugi previše brbljaju, na neke se možete osloniti." Oznake su čvrste i nepromjenjive i mogu pozitivno utjecati na osobu. No, čak i

"dobre" oznake mogu tu osobu znatno kočiti. Način na koji je osoba bila označavana dok je odrastala uvijek ju na neki način obilježava. Većina ljudi označavanje doživljava kao nešto čemu su obvezni podrediti svoj život te stvaraju predodžbe o sebi (Litvinoff, 2006, str. 203). Sovernigo (1982; prema Ninčević, 2009) naglašava kako predodžbe samoga sebe mogu biti vrlo različite: vrlo negativna, uglavnom negativna slika u kojoj su pozitivno i negativno u ravnoteži, uglavnom pozitivna i konačno vrlo pozitivna predodžba.

Negativne predodžbe obično potječu iz djetinjstva i često su rezultat negativnog označavanja u kojem postoje razne mogućnosti: uspoređivanje s bratom ili sestrom, vrlo strog i zahtjevan odgoja, zahtjevi veći od mogućnosti, naglašavanje mana ili neuspjeha. Time osoba stvara vrlo negativnu percepciju samoga sebe s vrlo ozbiljnim posljedicama. Kod mladih takve predodžbe mogu biti razlog dvaju potpuno suprotnih stanja: povlačenje (asocijalnost) ili agresivnost (Ninčević, 2009). Nije teško uočiti kako negativno označavanje može utjecati na mišljenje o samima sebi. Ako drugi ljudi misle da je osoba nemarna, loše naravi, neposlušna, zla, nepristojna, nespretna itd., mala je mogućnost da će ta osoba imati dobro mišljenje o sebi. Sve gore navedeno su oznake odnosno iskustva iz djetinjstva i ponašanja tijekom odrastanja. Naravno, roditelji će se s vremena na vrijeme naljutiti, no velika je razlika govorili li se djetetu nešto nije dobro učinio i da ono samo nije dobro. Ako odrasli prema djetetu znaju pokazati ljubav i poštovanje, kritika može biti pozitivan način korigiranja ponašanja. No, obilježavanje djeteta kao "zlog" ili "glupog" je štetno (Litvinoff, 2006).

One osobe koje već u djetinjstvu misle loše o sebi, sebe ne poštuju, osjećaju da ih drugi ne poštuju, nesigurni su u sebe i kao djeca i kasnije kao odrasle osobe. To je zato što nedostatak sigurnosti u sebe, odnosno nedostatak samopouzdanja i samopoštovanja, sputava njihova nastojanja da postignu uspjeh. Dijete koje je već stvorilo lošu sliku o sebi zahtijeva posebnu pažnju odraslih koji mu zajedničkim aktivnostima mogu pomoći da spozna svoje sposobnosti (Maleš, Stričević, 1991, prema Mlinarević, 2004).

5. Koraci za razvoj djetetovog samopouzdanja i pozitivne slike o sebi

Odgajatelji i učitelji su prepoznali da postoji povezanost između samopoimanja i uspješnosti u školi. Učenici s viskom samopouzdanjem imaju dobre ocjene i preuzimaju aktivnu ulogu u školi. Prihvaćaju izazove i uživaju u novim iskustvima učenja. Učenici s niskim samopouzdanjem obično imaju problema sa stavom i ponašanjem. Neki odgajatelji smatraju da

je pozitivno samopoimanje i visoko samopouzdanje toliko važno da ove osobine u djeteta treba razvijati i poticati. Samopouzdanje utječe i na djetetov odnos s drugima, posebno s članovima obitelji. "Ne možete voljeti druge ako prvo ne volite sebe." Čini se da pojedinci koji vole sebe općenito imaju pozitivan i prijateljski odnos i prema drugima, dok pojedinci koji ne vole sebe imaju tendenciju biti kritični prema drugima ili imati neprijateljski stav. Zbog ovih razloga autori postavljaju smjernice ili korake u povećanju djetetovog samopouzdanja, a bit će navedeni dalje u tekstu (Myers-Walls, Hinkley i Reid, 2015, str. 1-8).

1. Djeci treba pomoći u postavljanju realnih ciljeva i kreiranju realnih procjena o sebi i svojim ponašanjima.

Ciljevi su individualni, postavljaju se u odnose se na prošlu izvedbu. Prvo, budući da su ciljevi individualni djeca ih mogu sama sebi postaviti. Djeca rane dobi će trebati pomoć u postavljanju ciljeva, ali sam cilj treba biti njihov. Stariju djecu treba poticati na postavljanje vlastitih ciljeva, ali oni će također možda trebati pomoć u početku. Drugo, postavljanje ciljeva treba biti u odnosu na prijašnje ciljeve, te mogućnosti, sposobnosti i vještine djeteta. Postavljeni ciljevi trebaju biti nadogradnja na prijašnje mogućnosti djeteta kako bi dijete vodili fazi idućeg razvoja. I na kraju, treba biti siguran da dijete ima krajini prikaz cilja. Krajnji prikaz je nešto u čemu djeca mogu svakodnevno vidjeti napredak. To bi trebalo voditi ka njihovim ukupnim, dugoročnim ciljevima. Primjer cilja za dijete predškolske dobi može biti pospremanje igračaka nakon igre, pranje zubiju ili ruku i slično.

2. Djecu je potrebno pohvaliti za postignute uspjehe ili poželjna ponašanja.

Pohvale upućene djetetu važan su dio procesa razvoja samopouzdanja. Pri tome ih je potrebno hvaliti za postignute uspjehe, ostvarene ciljeve, trud i zalaganje, i općenito ponašanja za koja odrasli žele da ih djeca zadrže u svom repertoaru ponašanja. Potrebno je i poticati djecu da sama sebe pohvale u situacijama koje to zavrjeđuju. To uključuje i pomaganje u procjeni realnosti, stjecanju neovisnost i donošenju vlastite prosudbe. Kad dijete izvrši neki zadatak, umjesto da ga odrasla osoba pohvali, moguće ga je i potaknuti da samo sebe pohvali. Na primjer, djetetu je moguće reći "Kladim se da se dobro osjećaš u onome što si postigao/la" ili "Kako se osjećaš o onome što si napravila? «Budite sigurni da djeca mogu ukazati na određene pozitivne točke o svom iskustvu ili postignuću. Također, potaknite djecu da sebi daju verbalno (ili stvarno)

"tapkanje po leđima". Podučavanjem djece da se hvale, će im sigurno pridonijeti samostalnosti i razvoju mišljenja, te će biti manje vjerojatno da dijete ovisi o drugima za odobrenje onoga što je učinilo. Dalje u tekstu će se obrazložiti razlika između hvalisanja i samohvale, radi boljeg razumijevanja pojma samohvala.

Hvalisanje: Usporedbe ponašanja s drugima, korištenje superlativa (poput najbolji, najbrži, najrazumljiviji) u odnosu na ostale, ima tendenciju omalovažavanja drugih, ili hvaljenja sebe na štetu drugih, zvuči neubjerljivo, slušatelj možda ne uzima izjave ozbiljno.

Samohvala: Uspoređivanje ponašanja s vlastitim ponašanjem iz prošlosti, korištenje usporedbe (poput boljeg, bržeg i razumljivijeg) u ocjenjivanju prema vlastitom prošlom ponašanju, teži poboljšanju drugih ili uzajamnoj podršci, zvuči uvjerljivo, naglašava osjećaje govornika, slušatelj ozbiljno shvaća izjave i dijeli osjećaje s govornikom.

3. Djeca uče oponašanjem drugih, stoga je važno da odrasli budu dobar model u samohvali.

Hvaleći sebe djeci se pokazuje da se osjećaju dobro prema sebi i da je u redu samoga sebe ponekad pohvaliti. Međutim, to nije uvijek lako. Kad roditelj ili odgajatelj nešto učini i osjeća se da je dobro učinio, bilo bi korisno da kaže nešto lijepe za sebe. Važno je da odrasla osoba nauči izgovarati pozitivne stvari, ne samo zbog sebe, već i da bi mogao biti pozitivan model ponašanja za djecu. Treba reći što je dobro napravljeno i pohvaliti se tako da i dijete to čuje. Počinje se s konkretnim ponašanjima, a zatim se prijelazi na osobne kvalitete. Ako je samohvaljenje za osobu novo iskustvo, treba početi s nečim jednostavnim. Na primjer, ako odrasla osoba i dijete slikaju zajedno može se reći "Stvarno mi se sviđa slika koju sam naslikao/la." Također, pohvale ispred odraslih, posebno pred supružnikom ili drugim bliskim osobama su vrlo korisne za djetetovo učenje. To će ojačati samopouzdanje odrasle osobe, ali i pomoći djetetu da se nauči usredotočiti na pozitivno. U početku se osoba može osjećati nespretno, ali što se više koristite samo-pohvale, to će prirodnije postajati

4. Važno je da dijete nauči pohvaliti druge.

"Pohvala se množi." Podučavanje djece da sami sebe hvale pomaže im da pohvale i druge, a pohvale drugih često donose pohvale zauzvrat. Ako djeca nauče kako hvaliti druge, možda će postati bolja u potrazi za dobrim stvarima o sebi i o drugima, umjesto da se

koncentriraju na loše ili slabe stavke. Djeca trebaju vježbati kako bi pohvale drugima postalo za njih "automatsko" ponašanje. Odrasli trebaju pogledati prilike za pohvale i zamoliti djecu da istaknu nešto što im se sviđa u vezi onoga što je netko učinio. Djetetu treba objasniti da ne treba biti neiskren (na primjer, govoreći da mu se sviđa neka stvar ako nije). Ali, i dalje se može reći nešto lijepo, poput "Sigurno ste uložili puno posla u to" ili "Kladim se da učite puno o tome". Također, djecu treba poticati da kažu "hvala" kada ih netko pohvali.

Zaključak

Razvoj slike o sebi dio je života svakog čovjeka. Samopouzdanje ima važnu ulogu, a odnosi se na način na koji osoba sebe doživljava. Koncept samopouzdanja vrlo je važan za razumijevanje načina na koji ljudi grade svoj svijet, svoja iskustva i svoje ponašanje. Način na koji osoba sebe doživljava, te razina samopouzdanja mogu uvelike utjecati na kvalitetu života ali i na ostvarenost, odnosno samoaktualizaciju. U procesu izgradnje samopouzdanja, ovladavanja vještinama i sposobnostima čovjek počinje uspoređivati sebe s drugima. Zbog važne uloge samopoimanja u cjeloživotnoj perspektivi, vrlo je važno razvijati pozitivnu sliku od sebi od ranog djetinjstva. Pored uloge obitelji, a posebno roditelja, uloga predškolske ustanove i odgojitelja je također vrlo važna. Stoga je važno kod djece raditi na razvoju njihovog samopouzdanja i vjere u sebe, želimo da svako dijete bude sretno i sigurno u sebe, da bude kreativno, spremna na suradnju i kompromis, da bude uporno i da ne odustaje od ciljeva zbog problema ili prepreka na koje naiđe.

Sažetak

Samopouzdanje je dio samopoimanja, a označava vjerovanje da je osoba sposobna ostvariti svoje ciljeve, odnosno da je osoba sposobna izvesti određenje postupke koji će je dovesti do željenih ishoda. Za djeca koja samouvjereno vladaju svojim emocijama, savladavaju poteškoće prilikom rješavanja zadataka i izražavaju svoja mišljenja možemo reći da su visokog samopouzdanja. Međutim, djeca koja se povlače iz aktivnosti prilikom nailaska na prepreku, ne izražavaju svoje mišljenje, povučena su te se izoliraju iz skupine, imaju nisko samopouzdanje. Ova ponašanja ne možemo predvidjeti na temelju ponašanja i kontrole, nego na temelju toga vjeruje li dijete da može izvesti zadane aktivnosti o kojima se radi. Jedan od ciljeva svakog odgajatelja jest cjeloviti razvoj svakog djeteta i usmjerenost na njegove individualne potrebe. Prema tome svaki odgajatelj bi trebao biti usmjeren na razvoj samopouzdanja kao jedne vrlo važne osobine koja će dijete pratiti cijeli život.

Summary

Self-confidence is part of self-contecst, which means the probability that person is able to achieve their goals, or that the person will be able to perform certain actions that will lead to the desired outcomes. Children who confidently control their emotions, overcome difficulties in solving tasks and express their opinions have high self-confidence. However, children who withdraw from activities when encountering a problem, do not express their opinion, are withdrawn and are isolated from the group, have low self-esteem. Prediction of these behaviours cannot be based on behavior or control, but can be based upon the child`s belief in its ability to perform the given activities in question. One of the goals of every educator is the holistic development of each child and therefore every educator should be focused on the development of self-confidence as one very important trait that will accompany child for the rest of his life.

Literatura

Baralić, S. R. (2014). Samopouzdanje kao faktor opšteg stava prema profesijama psihologa i ljekara, *Sport i zdravlje*, IX (1) 5-15.

Barberić, S. (2017). Kako poboljšati razumijevanje engleskog jezika i samopouzdanje djece (Doctoral dissertation, University of Rijeka. Faculty of Humanities and Social Sciences. Department of Pedagogy.).

Brennan, K. L. i Bosson, J. K. (1988). Attachment-style diferences in attitudes toward and reactions to feedback from romantic partners: an exploration of the relational bases of self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 24 (7), 699-714.

Brown, G. L., Mangelsdorf, S.C., Neff, C, Schoppe-Sullivan S.J. i Frosch C.A. (2009). Young Children's Self-Concepts: Associations with Child Temperament, Mothers' and Fathers' Parenting, and Triadic Family Interaction, *Merrill Palmer Quarterly* 55(2), 184–216.

Cramer, P. (2018). Change in Children's Self Confidence and the Use of Defense Mechanisms. *The Journal of nervous and mental disease*, 206(8), 593-597.

Divjak, T. (2008). *Kako ojačati samopouzdanje u 7 dana. Zagreb* : Profil international.

Elez, K. (2003). *Nasilništvo i samopoimanje u djece osnovnoškolske dobi*. Diplomski rad, Zagreb, Filozofski fakultet.

Filipović, A. (2002). *Samopoštovanje i percepcija kompetentnosti darovite djece*. Diplomski rad, Zagreb, Filozofski fakultet.

Grozdek, M., Kuterovac-Jagodić, G. i Zarevski, P. (2007). *Samopoimanje srednjoškolaca različitog školskog uspjeha*. Suvremena psihologija, 10(1), 37-54.

Hrvatska enciklopedija, https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=54324, pristupljeno 06. srpnja 2020. u 13:30h

Jurčević-Lozančić, A. (2011). Teorijski pogledi na razvoj socijalne kompetencije predškolskog djeteta. Zagreb, učiteljski fakultet. *Pedagogijska istraživanja*, 8 (2), 271-279.

Litvinoff, S. (2006). *Plan samopouzdanja*. Zagreb: Mozaik knjiga

Lopac, E. (2017). *Uloga samopouzdanja u socijalnom razvoju*. Doctoral dissertation, University of Pula. Faculty of Educational Sciences.

Lulić, B. (2015). *Izgradnja samopouzdanja- temelj istinskog odgoja*, Završni rad. Osijek: Filozofski fakultet.

Miljković, D. i Rijavec, M. (2004). *Bolje biti vjetar nego list*. Zagreb: Profil.

Mlinarević, V. (2004). Vrtičko okruženje usmjereno na dijete, *Život i škola* 11(1), 112-119.

Myers-Walls, J. A., Hinkley, K. R. i Reid W. H. (2015). *Encouraging Positive Self-Concepts in Children*. Chicago, West Lafayette. Purdue University

Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj i obrazovanje (2014). Zagreb :Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta. https://www.azoo.hr/images/strucni2015/Nacionalni-kurikulum-za-rani-i-predskolski-odgoj-i-obrazovanje.pdf Pristpljeno: 06.07.2020

. Ninčević, M. (2009). Izgradnja adolescentskog identiteta u današnje vrijeme. Odgojne *znanosti, 11*(1 (17)), 119-141.

Ningrum, M. M. A., Ningrum, M. A., Reza, M., & Maulidiyah, E. C. (2019, December). The Effect of Show and Tell Method on Children's Confidence. In 5th International Conference on Education and Technology (ICET 2019). Atlantis Press. 96-98.

Rijavec, M. i Miljković, D. (2001). *Razgovori sa zrcalom – psihologija samopouzdanja*, Zagreb: IEP-D2.

Selimović, H. i Karić, E. (2011). Učenje djece predškolske dobi. Metodički *obzori: časopis za odgojno-obrazovnu teoriju i praksu*, 6(11), 145-160.

Slunjski, E. (2008). *Dječji vrtić-zajednica koja uči*. Zagreb: Spektar Media.

Starc, B., Čudina-Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B. i Letica, M., (2004). Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dob. *Priručnik za odgojitelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi.* Zagreb: Golden marketing.

Stojanović, B. (2016). Razvoj samopouzdanja dece predškolskog uzrasta. U: Kopas-Vukašinović, E. i Stojanović, B. (ur.), *Savremeno predškolsko vaspitanje i obrazovanje: Izazovi i dileme*. Zbornik radova sa nacionalnog naučnog skupa sa međunarodnim učešćem (str. 53-67). Fakultet pedagoških nauka Univerziteta u Kragujevcu, 25. 3. 2016.

Valjan Vukić, V. (2011). Razvijanje kulture predškolske ustanove zajedničkim djelovanjem roditelja i odgojitelja. *Magistra Iadertina*, 6(1), 83-98.

Vasta, R., Marshall, H. i Scott, M. (1998). *Dječja psihologija. moderna znanost*, Jastrebarsko: Naklada Slap.

SVEUČILIŠTE U SPLITU

FILOZOFSKI FAKULTET

IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

kojom ja Petra Aljinović, kao pristupnik/pristupnica za stjecanje zvanja sveučilišne prvostupnice Ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja, izjavljujem da je ovaj završni/diplomski rad rezultat isključivo mojega vlastitoga rada, da se temelji na mojim istraživanjima i oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio završnog/diplomskog rada nije napisan na nedopušten način, odnosno da nije prepisan iz necitiranoga rada, pa tako ne krši ničija autorska prava. Također izjavljujem da nijedan dio ovoga završnog/diplomskog rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Split, 21. 07. 2020.

Potpis:



IZJAVA O POHRANI

ZAVRŠNOG/DIPLOMSKOG/SPECIJALISTIČKOG/DOKTORSKOG RADA

(PODCRTAJTE ODGOVARAJUĆE) U DIGITALNI REPOZITORIJ

FILOZOFSKOG FAKULTETA U SPLITU

Student/ica: Petra Aljinović

Naslov rada: Samopouzdanje kod predškolske djece

Znanstveno područje: Društvene znanosti

Znanstveno polje: Psihologija

Vrsta rada: Završni rad

Mentorica rada: izv. prof. dr. sc. Ina Reić Ercegovac

Komentor rada: mag psych. Bruno Barać

Članovi povjerenstva: doc. dr. sc. Morana Koludrović i mag. paed. Sani Kunac

Ovom izjavom potvrđujem da sam autorica predanog završnog rada i da sadržaj njegove elektroničke inačice u potpunosti odgovara sadržaju obranjenog i nakon obrane uređenog rada. Slažem se da taj rad, koji će biti trajno pohranjen u Digitalnom repozitoriju Filozofskoga fakulteta Sveučilišta u Splitu i javno dostupnom repozitoriju Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu (u skladu s odredbama Zakona o znanstvenoj djelatnosti i visokom obrazovanju, NN br. 123/03, 198/03, 105/04, 174/04, 02/07, 46/07, 45/09, 63/11, 94/13, 139/13, 101/14, 60/15, 131/17), bude rad u otvorenom pristupu. U slučaju potrebe (dodatnog) ograničavanja pristupa Vašem ocjenskom radu, podnosi se obrazloženi zahtjev nadležnom tijelu u ustanovi.

Split, 21. 07. 2020.

Potpis studentice:

