

# Odnos samopoštovanja i kompetencije u sportskim aktivnostima kod učenika nižih razreda osnovne škole

---

**Kušec, Mateja**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2016**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:735739>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-12-29**

*Repository / Repozitorij:*

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA UČITELJSKI STUDIJ**

**MATEJA KUŠEC**

**DIPLOMSKI RAD**

**ODNOS SAMOPOŠTOVANJA I**  
**KOMPETENCIJE U SPORTSKIM**  
**AKTIVNOSTIMA KOD UČENIKA NIŽIH**  
**RAZREDA OSNOVNE ŠKOLE**

**Čakovec, rujan 2016.**

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA UČITELJSKI STUDIJ**  
**Čakovec**

**PREDMET: Motivacija i socijalni odnosi u razredu**

**DIPLOMSKI RAD**

Ime i prezime pristupnika: **Mateja Kušec**

TEMA DIPLOMSKOG RADA: **ODNOS SAMOPOŠTOVANJA I  
KOMPETENCIJE U SPORTSKIM AKTIVNOSTIMA KOD UČENIKA  
NIŽIH RAZREDA OSNOVNE ŠKOLE**

MENTOR: **prof. dr. sc. Andreja Brajša-Žganec**

SUMENTOR: **dr. sc. Tea Pahić**

**Čakovec, rujan 2016.**

# SADRŽAJ

SADRŽAJ .....	
SAŽETAK .....	
SUMMARY .....	
1. UVOD .....	1
2. SAMOPOŠTOVANJE KOD DJECE .....	3
2.1. Razvoj samopoštovanja u školskoj dobi .....	3
2.3. Školski pojam o sebi .....	5
2.4. Mjerenje samopoštovanja .....	6
3. UTJECAJ OKOLINE NA SAMOPOŠTOVANJE DJETETA.....	7
3.1. Roditelji.....	8
3.2. Prijatelji .....	9
3.3. Trener/voditelj aktivnosti .....	10
3. KOMPETENCIJE U IZVANŠKOLSKIM AKTIVNOSTIMA I SAMOPOŠTOVANJE.....	12
3.1. Izvanškolske aktivnosti .....	12
3.2. Samopoštovanje u sportskim aktivnostima.....	13
3.3. Učeničko samopoimanje .....	14
4. ODNOS SAMOPOŠTOVANJA I KOMPETENCIJE U SPORTSKIM AKTIVNOSTIMA KOD DJECE MLAĐE ŠKOLSKE DOBI .....	16
4.1. Ciljevi istraživanja .....	16
4.2. Problemi i hipoteze .....	16
4.3. Sudionici .....	17
4.4. Postupak .....	17
4.5. Instrument .....	18

4.6. Obrada rezultata .....	19
4.7. Rezultati istraživanja.....	19
4.8. Rasprava.....	23
5. ZAKLJUČAK .....	25
6. LITERATURA.....	26
PRILOG .....	29
Kratka biografska bilješka.....	33
Izjava o samostalnoj izradi rada.....	34

## SAŽETAK

U radu se govori o samopoštovanju kod djece mlađe školske dobi, o dobrobiti bavljenja izvanškolskim aktivnostima te o djetetovoj okolini i njenom utjecaju na samopoštovanje. Ovaj rad uključuje istraživanje kojim se ispitala povezanost spetskih kompetencija i samopoštovanja te učenička samoprocjena vlastitih sposobnosti u aktivnostima, te učeničke procjene mišljenja njihovih prijatelja, roditelja i trenera/voditelja aktivnosti o istoj aktivnosti.

U istraživanju je korištena anketa, a za ispitivanje samopoštovanja korišten je Coopersmithov upitnik samopoštovanja, forma B, koji je prilagodila i prevela Katica Lacković-Grgin (1994).

Provedenim istraživanjem nije utvrđena statistički značajna razlika u samopoštovanju između djece koja se bave izvanškolskim aktivnostima i djece koje se ne bave nijednom aktivnosti. Isto tako, ne postoji statistički značajna razlika u samopoštovanju između djece sportaša i djece ne sportaša, odnosno djece koja se bave nekom nesportskom aktivnosti. Međutim, rezultati pokazuju statistički značajnu povezanost samoprocjene učenika o vlastitoj kompetenciji u aktivnosti kojom se bave i procjene mišljenja prijatelja, roditelja i trenera/voditelja aktivnosti.

**Ključne riječi:** samopoštovanje, izvanškolske aktivnosti, sportske kompetencije, djetetova okolina, samovrednovanje

## SUMMARY

The paper discusses the self-esteem of primary school students, the well-being of dealing with extracurricular activities and the children's environment and its impact on self-esteem. This work includes a research that examined the correlation between sport competences and self-esteem and children's self-evaluation of their own competences in activity, and children's evaluation of their friends, parents and coach/activity leader opinions about children's competences in his activity.

The study used a questionnaire, a self-esteem was tested with Coopersmith self-esteem inventory (SEI), form B, which has been adapted and translated into Croatian by Katica Lacković-Grgin (1994).

Research has shown that there is no statistically significant difference in self-esteem between children who are involved in extracurricular activities and children who are not involved in these activities. Also, there is no statistically significant difference in self-esteem between children who are involved in sport activities and children who are involved in other type of activities, more precisely, children who are not involved in sport activities. However, the results show a statistically significant correlation between children's self-evaluation of their own competence in activities they are involved in and children's evaluation of their friends, parents and coach/activity leader opinions about children's competences in his activity.

**Key words:** self-esteem, extracurricular activities, sport competences, children's environment, self-evaluation

## 1. UVOD

U današnje vrijeme često možemo čuti pojam samopoštovanje. Često se spominju načini na koje ga možemo povećati i vrlo često je povezan s fizičkim izgledom. Samopoštovanje, prema Coopersmithu (1967; prema Jelić, 2011), definiramo kao rezultat formiranoga pojma o sebi, odnosno kao vrednovanje ili evaluaciju sebe. Pojam samopoštovanje podrazumijeva evaluaciju koju pojedinac stvara ili održava o sebi, a koja odražava stav prihvatanja ili odbijanja i upućuje na razinu na kojoj pojedinac sebe doživljava sposobnim, uspješnim, značajnim i vrijednim (Coopersmith, 1967; prema Jelić, 2011). Rosenberg samopoštovanje definira još i kao pozitivan ili negativan stav prema sebi (Rosenberg, 1965; prema Burić, Mačuka, Sorić i Vulić, , 2007). James (1890; prema Cast i Burke, 2002) smatra kako je samopoštovanje rezultat odnosa ostvarenog i onoga što je bio cilj, odnosno odnos onoga što su pojedinci ostvarili i onoga što su htjeli ostvariti. Pojedinci s visokim samopoštovanjem poštuju sebe i smatraju se vrijednima, dok su pojedinci niskoga samopoštovanja skloni odbacivanju sebe, nezadovoljstvu sobom i prijeziru prema sebi (Rosenberg, 1965; prema Jelić, 2011). Osoba s visokim samopoštovanjem sebe poštuje i cijeni, smatra se vrijednom poštovanja i ima općenito pozitivno mišljenje o sebi. Za razliku od ovakve osobe, osoba s niskim samopoštovanjem sebe najčešće ne prihvaća, podcjenjuje se i ima općenito negativno mišljenje o sebi (Burić i sur., 2007).

Samopoštovanje često poistovjećujemo sa samopouzdanjem, međutim, prema Miljković i Rijavec (1996), samopouzdanje i osjećaj vlastite vrijednosti preduvjet su za ostvarivanje visokog samopoštovanja. Oni su međusobno su povezani i utječu jedno na drugo.

U ovom radu samopoštovanje se povezuje s kompetencijama djece u sportskim aktivnostima. Osobe koje imaju bolju sliku o sebi obično imaju i više pouzdanja u vlastite kompetencije te veća očekivanja uspjeha, što posljedično dovodi do povećane motivacije i ustrajnosti u postizanju životnih ciljeva (Buručić i Tadić, 2006; prema Burić i sur, 2007).



Samopoštovanje je pod utjecajem okoline koja ima veliki utjecaj na pojedinca. Za djecu su ta okolina roditelji/skrbnici, prijatelji, a ukoliko se bave nekom izvanškolskom aktivnosti, tada djetetova okolina uključuje i trenera ili voditelja aktivnosti. Naravno, u dječju okolinu ubraja se i učitelj koji prema ekološkoj teoriji ima veliki izravni utjecaj na dijete. Prema ekološkoj teoriji učitelj se zajedno s roditeljima nalazi u djetetovom mikrosustavu, odnosno sustavu koji ima najveći izravni ili neizravni utjecaj na dijete (Weiss, Kreider, Lopez, Chatman, 2005; prema Kosić, 2009).

## 2. SAMOPOŠTOVANJE KOD DJECE

Prema Harter (1987; prema Vasta, Haith i Miller, 2005), samopoštovanje ili svijest o vlastitoj vrijednosti su uvjerenja koja djeca razvijaju o samima sebi. Coopersmith (1967; prema Bungić i Barić, 2009) je utvrdio da su djeca koja posjeduju visoko samopoštovanje asertivnija, nezavisnija i kreativnija od djece s niskim samopoštovanjem. Osobe s visokim samopoštovanjem teže prihvaćaju socijalne aspekte stvarnosti ako one nisu u skladu s njihovim vlastitim opažanjima, fleksibilnije su i maštovitije, probleme rješavaju na originalniji način od osoba s niskim samopoštovanjem. Osobe s visokim samopoštovanjem ne misle da su savršene, one znaju koji su njihovi nedostaci i žele ih promijeniti (Miljković i Rijavec, 1996).

Individualne procjene samopoštovanja formiraju se kroz dva međusobno povezana procesa (McMullin i Cairney, 2004; prema Bungić i Barić, 2009). Prvo, pojedinci uspoređuju svoje društvene identitete, mišljenja i sposobnosti s onima drugih osoba. Ako pojedinci doživljavaju sebe inferiornima u odnosu na osobe s kojima stupaju u interakciju, to će se negativno odraziti na njihovo samopoštovanje. Drugo, pojedinci procjenjuju sebe kroz interakciju s drugima. Ako značajni drugi nemaju visoko mišljenje o njima, to će se negativno odraziti na percepciju vlastite vrijednosti, tj. rezultat će sniženim samopoštovanjem (McMullin i Cairney, 2004; prema Bungić i Barić, 2009).

### 2.1. Razvoj samopoštovanja u školskoj dobi

Samoopisi djece u osnovnoškolskoj dobi (od 6 do 11 godina) značajno se razlikuju od onih u predškolskoj dobi (Lacković-Grgin, 1994). Djeca u samoopise uvode termine koji opisuju njihove tjelesne, socijalne i intelektualne kompetentnosti te se opisuju nakon procesa samoevaluacije i na osnovi uspoređivanja s drugom djecom. Pri samoevaluaciji koriste i informaciju o postignuću druge djece. Djeci postaje vrlo važno mišljenje drugih o njima, posebice vršnjaka. Također, počinju se javljati i negativni atributi u dječjim samoopisima što bi moglo značiti odvajanje *realnog „ja“* od *idealnog „ja“* (Lacković-Grgin, 1994).

Razvoj samopoimanja je pod utjecajem kognitivnog funkcioniranja djece ove dobi. Djeca nakon, otprilike, šeste godine prelaze u Piagetovu fazu konkretnih operacija u kojoj sve uspješnije logički razmišljaju, te im to omogućuje točnije opažanje i prosuđivanje o okolini, ali i samima sebi (Lacković-Grgin, 1994).

Odrastajući, djeca počinju razumijevati sve više o sebi, ali i vrednovati te informacije. Djeca su uključena u različita socijalna okruženja, a između ostalog, to mogu biti škola i sportski klub. Počinju se uspoređivati s drugom djecom i svojim uzorima, odnosno s onima kakvi bi željeli postati. Na taj način, samovrednovanjem, djeca počinju uočavati svoje jakosti i slabosti, ali i svoje dobre i loše osobine (Vasta i sur., 2005).

Mnogobrojnim istraživanjima dobila se relativno jasna slika o razvoju samopoštovanja tijekom djetinjstva. Procjene samopoštovanja djece vrtićke dobi su visoke i povezane sa sigurnom privrženošću sa skrbnikom, te s općim optimizmom glede budućnosti (Cassidy, 1988, Fischer i Leitenberg, 1986; prema Vasta i sur., 2005). Djeca mlađa od osam godina nemaju dobro razvijen osjećaj ukupnog samopoštovanja (Harter, 1988; prema Vasta i sur., 2005, 499).

Tijekom srednjeg i kasnog djetinjstva, rezultati na mjerama samopoštovanja općenito su stabilni, možda s blagim trendom prema većim vrijednostima (Cairns i Cairns, 1988, Dunn, 1994; prema Vasta i sur., 2005).

Prijelaz u adolescenciju je razdoblje koje predstavlja problem u razvoju samopoštovanja. Istraživanja su pokazala kako rezultati na mjerama samopoštovanja opadaju u dobi od jedanaest ili dvanaest godina, a povećavaju se tek u srednjoškolskoj dobi (Harter, 1990 Nottleman, 1987, Wigfield i sur, 1991; prema Vasta i sur., 2005). Jedan od činitelja koji se može pojaviti kao razlog privremenog opadanja samopoštovanja je djetetova razina svjesnosti o sebi, odnosno zabrinutosti zbog mišljenja drugih (Vasta i sur., 2005). Drugi činitelj koji može biti razlog privremenog opadanja samopoštovanja mogu biti biološke promjene povezane s pubertetom. Neka istraživanja pokazuju kako promjene u pubertetu proizvode psihološki i fizički stres, što dovodi do depresije i drugih negativnih emocionalnih stanja (Simmons i Blyth, 1987; prema Vasta i sur., 2005).

### 2.3. Školski pojam o sebi

Dječji školski pojam o sebi snažno opada do otprilike četvrtog razreda. Jedan od uzroka ovog pada može biti činjenica da starija djeca shvaćaju kako „hvalisanje“ nije prihvatljivo ponašanje te izbjegavaju davati „vatrene“ opise svojih sposobnosti. Dječaci se u ovom razdoblju osjećaju kompetentnijima u sportu i matematici, a djevojčice u čitanju i glazbi (Eccle i sur., 1993, Ruble i Frey, 1987; prema Vasta i sur., 2005).

Djevojčice, za razliku od dječaka, svoj školski pojam o sebi snažno temelje na ponašanju u školi, odnosno razredu, a manje na školskom postignuću (Entwisle i sur., 1987, prema Vasta i sur., 2005). Razlog tome bi mogao biti različito ponašanje nastavnika prema djevojčicama i dječacima (Vasta i sur., 2005). Učitelji obično povratnu informaciju djevojčicama i dječacima daju na drugačiji način. Kad su dječaci neuspješni, češće im se govori da se nisu dovoljno trudili, što upućuje na nedovoljno uloženi napor. Kada su djevojčice neuspješne, kaže im se da su krivo odgovorile, što ukazuje na nedostatak sposobnosti (Dweck i Goetz, 1980; prema Vasta i sur., 2005). S obzirom da je svako dijete ponekad neuspješno, ono dobiva povratnu informaciju te na taj način može biti pod njezinim utjecajem. Na taj bi način djevojčice mogle početi vjerovati kako su njihove sposobnosti nedovoljne i novim zadacima mogu pristupiti na pesimističan način što može dovesti do naučene bespomoćnosti. Dječaci mogu nastaviti vjerovati kako su njihovi neuspjesi uzrokovani nedovoljno uloženi naporom, a ne nedostatkom sposobnosti, pa će ostati motivirani za nove zadatke (Vasta i sur., 2005).

Ljudi s visokim samopoštovanjem mogu biti uporniji nego ljudi s niskim samopoštovanjem, pa to može biti i jako dobar razlog da djeca s visokim samopoštovanjem ostvare bolji školski uspjeh (Baumeister, Campbell, Krueger i Vohs, 2003). Oni će težiti uspjehu, čak i ako su doživjeli početni neuspjeh. Također, manje je moguće da će se predati osjećaju nekompetentnosti. Učenje, prema definiciji, uključuje informacije i vještine koje pojedinac ima, a visoko samopoštovanje može pomoći spriječiti mišljenje pojedinca da on ne može uspjeti u tom području ako nema dovoljno razvijene potrebne vještine. Visoko samopoštovanje povećava sigurnost pojedinca u novonastalim situacijama (Baumeister i sur., 2003).

Školska slika o sebi pod utjecajem nekoliko čimbenika, kao što su dječje školsko postignuće, vrsta atribucije vezane uz neuspjeh, ali i socijalna usporedba (komparacija), odnosno usporedba vlastitih sposobnosti sa sposobnostima drugih (Vasta i sur., 2005). Ovaj proces započinje u vrtiću, no njegova se uloga s dobi mijenja (Stipek, 1992; prema Vasta i sur., 2005). Istraživanja su pokazala da su uspješniji učenici zainteresiraniji za komparaciju vlastitih uradaka s drugom djecom (Ruble i Flett, 1988; prema Vasta i sur., 2005).

Istraživanjem je utvrđeno kako djeca koja imaju nisko mišljenje o svojoj kompetentnosti pristupaju novim zadacima s manje uloženeog truda i optimizma od drugih učenika koji imaju visoko razvijene školske vještine (Phillips, 1984; prema Vasta i sur., 2005).

#### **2.4. Mjerenje samopoštovanja**

Samopoštovanje obuhvaća dječje kognitivne prosudbe o vlastitim sposobnostima, ali i njihove afektivne reakcije na takva samovrednovanja. Međutim, mjerenje samopoštovanja, u praksi, uglavnom naglašava kognitivnu komponentu (Vasta i sur., 2005).

Samopoštovanje djece najčešće se procjenjuje upitnicima. Oni se sastoje od niza pitanja oblikovanih tako da zahvaćaju dječja vrednovanja njih samih u različitim situacijama ili kontekstima (npr. „Koliko si dobar u sportu?“ ili „Misliš li da si kreativan?“). Odgovori se mogu kombinirati i analizirati izračunavanjem ukupnog rezultata koji predstavlja razinu djetetova samopoštovanja (Coopersmith, 1967, Piers i Harris, 1969; prema Vasta i sur., 2005).

Izražavanje samopoštovanje jedinstvenim rezultatom naišlo je na iste teškoće kao i pokušaji izražavanje dječje inteligencije pomoću jedinstvenog kvocijenta inteligencije. Mala je vjerojatnost da će se djeca vrednovati slično u svim područjima – školskom postignuću, izgledu, uspješnosti u sportskim aktivnostima itd. Također, istraživanja su pokazala da vrednovanja u različitim područjima obično nisu konzistentna (Harter, 1985, Rosenberg, 1986; prema Vasta i sur., 2005).

### 3. UTJECAJ OKOLINE NA SAMOPOŠTOVANJE DJETETA

Razvoj slike o sebi povezan je s potrebom za prihvaćanjem, poštovanjem, podrškom, toplinom iz okoline, pri čemu nezadovoljenje tih potreba negativno utječe na razvoj pojma o sebi. Što je veći nesklad između potreba pojedinca i podrške i topline koju on dobiva iz okoline, to je lošija prilagodba i opće samopoštovanje. (Brajša-Žganec, Raboteg-Šarić i Franc, 2000).

Socijalizacijski se procesi, osim u obitelji, događaju i u ostalim područjima života u koje je dijete kao jedinka uključeno, kao što su osnovna škola, sportsko društvo, prijatelji, crkva i slično. Prema Žugić (1999., prema Bungić i Barić, 2009) *socijalizacija je konstrukt koji započinje pretpostavkom da je čovjek društveno biće, zoon politikon, govori nam kako dolazi do toga da čovjek postaje članom nekog društva.*

Mnoga spolno tipizirana ponašanja rezultat su istih principa učenja pomoću kojih se uče i ostala ponašanja u društvu (Vasta i sur., 2005). Tako se dječaci češće ponašaju na tradicionalno muževan način jer im takvo ponašanje okolina odobrava, dok ženstveniji postupci dovode do neodobravanja. Djeca opažaju i oponašaju modele iz svoje okoline (roditelje, djecu iz razreda, estradne zvijezde) koji se ponašaju prikladno svojem spolu (Vasta i sur., 2005).

Roditelji, treneri i učitelji, kao djetetov autoritet, imaju veliku ulogu u stvaranju pozitivnog stava djeteta prema sebi. Njihov zadatak bi trebao biti pronalaženje nečega u čemu je dijete dobro i podržati ga u tome (Vasta i sur., 2005).

Prema Maslowljevoj teoriji motivacije (1943; prema Velki, Cakić i Oblačić, 2015), na četvrtoj razini nalazi se potreba za samopoštovanjem koja se može svrstati u dvije skupine: potreba za samopoštovanjem, odnosno želja da se bude adekvatan, želja za postignućem, moći, nezavisnošću, slobodom i potrebom za poštovanjem od strane drugih ljudi što podrazumijeva želju za priznanjima, prestižem, prepoznavanjem, ugledom, statusom, važnosti (Velki i sur., 2015).

### 3.1. Roditelji

Dječje samopouzdanje je prvotno formirano od strane roditelja. Verbalne i neverbalne reakcije, pohvale i kritike, osmijeh, ekspresije lica i zagrljaji, utječu na razinu nezavisnosti kod djeteta. Kada dijete dobiva mnogo pohvala i pozitivnih potkrepljenja, ono razvija samopoštovanje (Vasta i sur., 2005).

Prema Miljković i Rijavec (1996) najsigurniji način stvaranja visokog samopoštovanja su roditelji koji i sami imaju visoko samopoštovanje i predstavljaju model svojoj djeci. Visoko samopoštovanje najčešće imaju djeca čiji roditelji:

- *Odgajaju djecu s ljubavlju i poštovanjem*
- *Prihvaćaju ih*
- *Postavljaju im razumna pravila i očekivanja*
- *Dosljedni su u svojim postupcima*
- *Ne ismijavaju, ne ponižavaju i fizički ne kažnjavaju djecu*
- *Pokazuju kako vjeruju u djetetovu dobrotu i sposobnosti (Miljković i Rijavec, 1996, str. 19)*

Dječji školski pojam o sebi, kao jedna od kompetencija, je pod utjecajem stavova, očekivanja i ponašanja roditelja. Istraživanja su pokazala kako je roditeljska percepcija školskih sposobnosti njihova djeteta najbolji prediktor dječje samopercepcije sposobnost (Phillips i Zimmerman, 1990, Stevenston i Newman, 1986; prema Vasta i sur., 2005).

Bakman (1982; prema Lacković-Grgin i sur., 2002) je utvrdio da snažna disciplina roditelja ima poguban utjecaj na samopoštovanje dječaka, dok je Coopersmith (1967., prema Lacković-Grgin i Bezinović, 2002.) utvrdio kako je grubost i stroga kontrola roditelja povezana s nižim samopoštovanjem. Roditeljski autoritet može imati pozitivne i negativne učinke na samopoštovanje (Buri i sur., 1998; prema Lacković-Grgin i sur., 2000). Tako je roditeljska autoritativnost snažno pozitivno povezana sa samopoštovanjem adolescenata, dok je roditeljska autoritarnost snažno negativno povezana sa samopoštovanjem. Roditeljska permisivnost nije bila povezana sa samopoštovanjem. Autoritativni roditeljski stilovi općenito povezani s pozitivnom slikom o sebi tijekom kasne adolescencije, dok su autoritarni roditeljski

stilovi povezani s negativnom slikom o sebi (Klein i sur., 1996; prema Lacković-Grgin i sur., 2002) Istraživanjem je utvrđena pozitivna veza između majčine autoritativnosti i samopoštovanja kod djece. Naime, razumna disciplina majke povoljno djeluje na samopoštovanje djece (Furnham, Cheng, 2000; prema Lacković-Grgin i sur., 2002).

Roditelji mogu poboljšati samopoštovanje svoje djece osiguravajući im okolinu koja će poticati osjećaje autonomije, kompetencije i povezanosti. Dakle, različita roditeljska ponašanja mogu u različitoj mjeri pridonijeti dječjem samopoštovanju (Bungić i Barić 2009).

### **3.2. Prijatelji**

U procesu socijalizacije pojedinca bitna je uloga vršnjaka, koji s godinama postaju sve značajnija skupina u kojoj se formiraju pojedinci. Vršnjaci, društvo iz ulice i škole, s porastom uloge koju imaju u životu pojedinca, mogu izravno utjecati na odabir aktivnosti kojom se pojedinac želi baviti (Žigić, 1999.; prema Bungić i Barić., 2009). Prema Bungić i Barić. (2009, str 74), *vršnjaci veliki utjecaj imaju i preko određene vršnjačke subkulture, kojoj je bolje pripadati, nego se osjećati isključenim.*

Dječji socijalni status u grupi ovisi o mnogim činiteljima među kojima se ističu: školski uspjeh, razina socijalne spoznaje, prijateljsko i suradničko ponašanje te vanjski tjelesni izgled. Postignuti status u grupi, odnosno popularnost, odbačenost, omiljenost ili izoliranost, posebice je značajan u osnovnoškolskoj dobi koju karakterizira težnja za druženjem i prihvaćenošću u grupi. Zadovoljenje ovih težnji donosi djeci pozitivan osjećaj vrijednosti, samopouzdanja i adekvatnosti, a to su sve komponente samopoštovanja (Velki i sur.,2015.)

U ovoj je dobi uloga prijatelja jako važna. Neka djeca su uspješnija od druge u sklapanju prijateljstava, zbog toga što su otvorenija i spremnija na komunikaciju te otkrivanje informacija o sebi, što je opet vezano uz njihov osjećaj vjere u sebe samog, odnosno samopoštovanje (Velki i sur., 2015.)



### 3.3. Trener/voditelj aktivnosti

Uz obitelj i školu u kojima sportaš svakodnevno provodi najviše vremena, sportsko okruženje također ima značajan odgojni utjecaj. *Tu je trener, kao autoritet, uzor i model, najutjecajniji faktor koji kroz odnos sa mladim sportašem i pedagoški djeluje* (Barić, 2007., str. 1).

Svaki trener odgojno djeluje na svoje sportaše. *Ukoliko to čini ciljano i ako su zadovoljene neke poželjne pretpostavke (npr. adekvatna razina kognitivne zrelosti sportaša, visoka motivacija, pozitivna motivacijska klima u ekipi/klubu i suradljivost roditelja) može se reći da postoje optimalni uvjeti za odgojno djelovanje na mladog sportaša* (Barić, 2007., str. 1).

Prema Barić (2007) trener neposredno i posredno djeluje na socijalni razvoj djece sportaša, a jedan od osnovnih uvjeta koji predstavljaju *plodno tlo* za ovaj tip djelovanja je odnos povjerenja sportaša i trenera. Također, vrlo je bitan i trenerov autoritet. U tom slučaju, prema Barić (2007, str. 1) *postoje preduvjeti za iskrenu komunikaciju, razvija se međusobno poštovanje i briga za dobrobit drugog.*

Trener bi trebao, osobito u ekipnom sportu, razvijati osjetljivost za ovu problematiku budući da to može imati značajnih posljedica po grupnu kohezivnost (osobito za emocionalnu povezanost ekipe), što posredno djeluje i na sportski uspjeh.

U ekipi je čest slučaj da postoje omiljena i neomiljena djeca. Omiljena djeca izazivaju pozitivne reakcije drugih, pa ona postaju još bolja jer pozitivne reakcije shvaćaju kao potkrepljenje. Oni se na taj način, prema Barić (2007), kreću u pozitivnom zatvorenom krugu. S druge strane postoji i negativni zatvoreni krug, a u njemu se nalaze neomiljena djeca. Oni su doživljavani negativnije, a samim time postaju i nezadovoljna i usamljena čime potvrđuju negativnu sliku o sebi. Upravo je ovdje bitna uloga trenera, jer on može pomoći toj djeci svojim savjetima.

*Podrškom i odobravanjem kroz otvorenu komunikaciju s puno pozitivnih primjera i prijedloga, trener može mladom sportašu pomoći da ih uči i nauči prepoznavati, mijenjati i pratiti djelovanje promjena kroz reakcije drugih* (Barić, 2007., str 2).

Za trenera je vrlo važno poštivanje dječjih osjećaja, uvažavanje individualnih razlika i izbjegavanje „etiketiranja“ što može imati dugotrajne negativne posljedice za dječji razvoj (Barić, 2007.)

### 3. KOMPETENCIJE U IZVANŠKOLSKIM AKTIVNOSTIMA I SAMOPOŠTOVANJE

Tradicionalna stajališta smatraju kako se samopoštovanje sastoji od mišljenja drugih, ali i kako se ono ponajprije odražava na naš osjećaj kompetentnosti (Cooley, 1902, James, 1892; prema Vasta i sur., 2005). Kompetentnost podrazumijeva kombinaciju onoga što bismo željeli postići i našeg stupnja sigurnosti da ćemo postići taj cilj. Na taj je način kompetentnost dio dječjeg samopoštovanja i sasvim izjednačena s djetetovom percipiranom samoučinkovitošću (Harter, 1988; prema Vasta i sur., 2005).

Jean Piaget vjerovao je kako je najvažnija faza u razvoju samopoštovanja između šeste i jedanaeste godine života. Također, to je i razdoblje kada se djeca uvelike upoznaju sa sportom. Način na koji djeca razumiju sebe i snalaze se u socijalnim situacijama, kao što je sport, nužno je za razvijanje socijalne kompetencije. Uspjeh u sportu pomoći će djeci izgraditi zdravije samopoštovanje (Vasta i sur., 2005).

Dječaci svoje samopoštovanje više od djevojčica, zasnivaju na sposobnostima i talentima (Lacković-Grgin, 1994).

#### **3.1. Izvanškolske aktivnosti**

Cindrić (1992; prema Bertić i sur, 2007) definira izvanškolske aktivnosti kao različite organizacijske i programske oblike okupljanja učenika u društvima, klubovima i drugim institucijama izvan škole.

Razni autori složili su se da postoji višestruka korist od pohađanja izvannastavnih i izvanškolskih aktivnosti. Izvannastavne aktivnosti i uključivanje učenika u klubove i organizacije unutar zajednice imaju važnu ulogu u razvijanju mladenačkih snaga koje će im kasnije pomoći kako bi izbjegli nepoželjno ponašanje (Brown, 2000; prema Bertić i sur., 2007). Prema Duncanu (1996; prema Bertić i sur., 2007), sudjelovanje u izvannastavnim aktivnostima pomaže učenicima da otkriju i njeguju svoje talente, razvoj karaktera i kompetencija i k tome profitiraju druženjem s odraslim osobama koje nisu članovi obitelji.

Prema Durlaku i Weissbergu (2007) djeca koja pohađaju izvannastavne aktivnosti osjetno se poboljšavaju u tri područja:

1. razlučivanju i iskazivanju osjećaja i stavova,
2. lakšem i boljem prilagođavanju ponašanja,
3. osjetnom poboljšavanju uspjeha u školi.

Izvanškolske aktivnosti poboljšavaju samopouzdanje i samopoštovanje, pozitivno socijalno ponašanje, školske ocjene i bolje rezultate na testovima. Također, one utječu na smanjivanje problema s ponašanjem i ovisnosti o drogama (Durlak i Weissberg, 2007).

Kompetencije koje djeca usvajaju tijekom pohađanja izvannastavnih aktivnosti uslijed organizacijskih specifičnosti bitne su za njihov život. Djeca usvajaju vještine i znanja potrebne za samostalno, cjeloživotno učenje (Bertić i sur., 2007).

### **3.2. Samopoštovanje u sportskim aktivnostima**

Neka istraživanja pokazuju da je redovito vježbanje i bavljenje sportom negativno povezano sa stresom, anksioznošću i depresijom, a pozitivno sa samopoštovanjem, samopoimanjem i samoefikasnošću (Pastor, Balaguer, Pons, Garcia-Merita, 2003; prema Bungić i Barić, 2009). Prema Simpkins i Slutzky (2008) sudjelovanje osnovnoškolske djece u sportskim aktivnostima povezano je sa kasnijim pozitivnim procjenama samopoštovanja. Isto tako, njihovo istraživanje je pokazalo kako djeca koja se bave ekipnim sportovima imaju veće samopoštovanje nego djeca koja sudjeluju u individualnom sportu.

Sportaši općenito pokazuju više samopoštovanje od nesportaša, odnosno sudjelovanje u sportu pridonosi izgradnji samopoštovanja (Blisner, McAuley, 2000; prema Bungić i Barić, 2009). Istraživanje Bowkera (2006; prema Bungić i Barić, 2009) pokazuje da djeca i adolescenti koji su uključeni u sport izvješćuju o višem samopoštovanju, odnosno njihovo sudjelovanje u sportskim aktivnostima može dovesti do osjećaja zadovoljstva tjelesnim izgledom, osjećaja kompetentnosti i pozitivne prihvaćenosti što sve dovodi do povećanja razine samopoštovanja.

Vrijeme provedeno u sportskim aktivnostima i pravilno vođen proces sportskog treninga pruža priliku djeci izgraditi i poboljšati sportsku kompetentnost, te tako i njihov pozitivan pogled na svoje sposobnosti. Na taj način mogu poboljšati vlastitu sliku o sebi, postati svjesniji svojih sposobnosti, te također biti potkrijepljeni od drugih, vršnjaka, roditelja ili trenera, te tako percipirati sebe prihvaćenim od strane vršnjaka (Simpkins, Slutzky, 2008).

No, moguće su i negativne posljedice. Moguće je, nažalost, da uslijed nedostatka željenog uspjeha i priznanja, samopoštovanje počne opadati s količinom vremena provedenog u tjelesnoj aktivnosti (Bunjić i Barić, 2009). Prema Coatsworthu i Conroyu (2006; prema Bunjić i Barić, 2009), ako sportaševa okolina prestane biti podupiruća, ohrabrujuća, prestane pružati podršku ili je ta podrška nedostatna kao što je npr. slučaj kod zahtjevnih, pretjerano kritičnih trenera; sportaš se teško može usmjeriti na napredak i povećava se vjerojatnost doživljaja neuspjeha, te smanjenja samopoštovanja .

Istraživanje Duncana i Weissa (2007; prema Bunjić i Barić., 2009). je pokazalo da djevojčice i dječaci koji se smatraju uspješnim u sportu percipiraju sebe dobro prihvaćenim među vršnjacima, te pokazuju veću razinu samopoštovanja.

Ako se djeci pruži dovoljno prilika da ostvare uspjeh u sportu, oni će puno češće sebe vidjeti kao „pobjednike“ nego kao „gubitnike“. Oni će odrasti sa puno više samopouzdanja i lakše će se nositi sa stresom i s novim izazovima (Vasta i sur., 2005).

### **3.3. Učeničko samopoimanje**

Istraživanje Harter (1999; prema Simpkins i Slutzky, 2008) pokazuje važnost procjene uspjeha i doživljavanja kompetentnosti što može djelovati na samopoštovanje sportaša. Istraživanje je pokazalo kako djeca sa višim sportskim samopoimanjem, odnosno procjenom sebe kao uspješnima i kompetentnima u sportu imaju više samopoštovanje od onih sa manjim sportskim samopoimanjem.

Dječaci i djevojčice koji svoju kompetenciju u sportu podcjenjuju često su kandidati za odustajanje od sporta. Posljedice podcjenjivanja za dječake nisu toliko štetne, dok

djevojčice koju svoju kompetenciju podcjenjuju često odustaju od sporta, ali pokazuju i visoku razinu anksioznosti i preferiraju neizazovne aktivnosti (Cox, 2005).

## 4. ODNOS SAMOPOŠTOVANJA I KOMPETENCIJE U SPORTSKIM AKTIVNOSTIMA KOD DJECE MLAĐE ŠKOLSKE DOBI

### 4.1. Ciljevi istraživanja

Glavni cilj ovog istraživanja bio je ispitati postoji li povezanost bavljenja sa sportskim izvanškolskim aktivnostima sa samopoštovanjem i kompetencijom kod učenika mlađe školske dobi.

Provedenim su se istraživanjem također nastojale ispitati vlastite procjene učenika o svojim sposobnostima u aktivnosti kojom se bave, te utvrditi postoji li povezanost između vlastitih procjena svojih sposobnosti te učeničkih procjena ljudi iz svoje okoline, koje uključuju roditelje, prijatelje i trenera/voditelja aktivnosti, o svojim sposobnostima.

### 4.2. Problemi i hipoteze

Shodno cilju istraživanja definirano je 4 problema istraživanja:

1. Ispitati postoji li statistički značajna razlika u samopoštovanju između učenika koji se bave izvanškolskim aktivnostima i učenika koji se ne bave izvanškolskim aktivnostima.
2. Ispitati postoji li statistički značajna razlika u samopoštovanju između učenika koji se bave sportskim aktivnostima i učenika koji se bave umjetničkim aktivnostima.
3. Utvrditi postoji li statistički značajna povezanost u samopoštovanju i procjeni vlastitih sposobnosti (kompetencije).
4. Utvrditi postoji li statistički značajna povezanost u procjeni vlastitih sposobnosti učenika i učeničke percepcije roditeljske, prijateljske i trenerove/voditeljeve procjene njihove kompetencije u sportskoj aktivnosti.

Na temelju problema istraživanja postavljene su slijedeće hipoteze:

**H1:** Očekuje se statistički značajna razlika u samopoštovanju između učenika koji se bave izvanškolskim aktivnostima i učenika koji se ne bave izvanškolskim aktivnostima.

**H2:** Ne postoji statistički značajna razlika u samopoštovanju između učenika koji se bave sportskim aktivnostima i učenika koji se bave ostalim aktivnostima.

**H3:** Očekuje se statistički značajna povezanost u samopoštovanju i procjeni vlastitih sposobnosti.

**H4:** Očekuje se statistički značajna povezanost u procjeni vlastitih sposobnosti učenika i učeničkoj procjeni mišljenja roditelja, prijatelja i trenera/voditelja aktivnosti.

### **4.3. Sudionici**

Istraživanje je provedeno na uzorku ( $N = 85$ ) od čega je 34 djevojčica (40%) te 51 dječak (60%). Istraživanje je provedeno u osnovnoj školi u Krapinsko – zagorskoj županiji, a sudionici su bili 63 učenika 3. razreda (71,4%) te 22 učenika četvrtog razreda (25,9%). S obzirom na dob, raspon dobi učenika je od 8 do 11 godina ( $M = 9,38$ ).

### **4.4. Postupak**

Provedeno istraživanje bilo je anketnog tipa papir-olovka. Pazilo da se upitnici pravilno podijele, odnosno da formu M dobiju dječaci, a formu Ž djevojčice. Učenici su ispunjavali upitnik u svojoj školi u mjesecu veljači 2016. godine. Anketiranje je provedeno u suradnji s ravnateljem škole, prilikom čega je priložena i potvrda fakulteta. Roditeljima su podijeljene izjave o suglasnosti te su u istraživanju sudjelovali samo oni učenici čiji su roditelji dali suglasnost. Anketiranja su provedena na satu razredne zajednice u nazočnosti učiteljice. Prije početka ispunjavanja, ispitanicima je pročitana uputa koja se nalazi na početku upitnika, te je



naglašeno kako se ovaj upitnik neće ocjenjivati. Anketiranja su bila u potpunosti dobrovoljna i anonimna, tj. u skladu s Etičkim kodeksom istraživanja.

#### **4.5. Instrument**

Anketni se upitnik sastojao od tri dijela, a napravljene su dvije forme upitnika, jedna za muški i jedna za ženski rod:

##### *1. dio: socio-demografska obilježja ispitanika (spol, dob i razred)*

Starosnu dob su ispitanici naznačili na mjesto predviđeno uz postavljeno pitanje. Razred se zaokruživao dihotomno (1 = 3. razred; 2 = 4. razred).

##### *2. dio - učeničke procjene vlastitih aktivnosti*

Ovaj dio sadrži 7 pitanja. Na pitanje *Baviš li se nekom izvanškolskom aktivnosti?* sudionici su odgovarali sa 1 = da ili 2 = ne. Na pitanje višestrukog izbora *Zaokruži aktivnost kojom se baviš* ispitanici su mogli zaokružiti više aktivnosti te nadopisati aktivnost kojom se bave ukoliko je nema u tablici. Na pitanje *U kojoj si aktivnosti iz tablice najbolji/a?* ispitanici su morali napisati aktivnost u kojoj su najbolji ukoliko su zaokružili više njih. Slijede 4 pitanja na koja se odgovara na skali Likertova tipa od 3 stupnja u kojima su ispitanici procjenjivali svoje sposobnosti u aktivnosti (1 = nisam baš dobar/dobra; 2 = srednje sam dobar/dobra; 3 = izvrstan/izvrsna sam) te procjenu mišljenja prijatelja, roditelja i trenera ili voditelja aktivnosti o sposobnosti ispitanika u određenoj aktivnosti (1 = da nisi baš jako dobar/dobra; 2 = da si srednje dobar/dobra; 3 = da si izvrstan/izvrsna).

##### *3. Coopersmithov upitnik samopoštovanja (SEI)*

Coopersmithova skala jedna je od najčešće korištenih u nizu primijenjenih i znanstvenih istraživanja samopoštovanja djece i adolescenata (Lacković–Grgin, 1994). Forma A upitnika originalno se sastojala od 58 čestica, a forma B od 25 čestica. Budući da je utvrđeno je da dvostruko skraćenje forme A ne utječe na pouzdanost (Cronbach alpha 0,78) Bezinović i Lacković–Grgin (1990.) prilagodili su ovu skraćenu formu za ispitivanje naše djece (Lacković-Grgin, 1994). Upitnik se

stoga sastoji od 25 tvrdnji na koje su ispitanici trebali zaokružiti jedan od ponuđenih odgovora T (točno) ili N (netočno). Svaki odgovor na koji je zaokruženo netočno bodovao se jednim bodom, osim čestica 5, 7 i 13 koje su se bodovale s jednim bodom ukoliko je zaokruženi odgovor bio točno. Raspon bodova je od 0 do 25 bodova. Ukupni rezultat je zbroj bodova, a što je rezultat veći to je i samopoštovanje ispitanika veće. Upitnik je prilagođen dobi učenika, npr. riječ nastavnik je zamijenjen riječju učitelj.

#### 4.6. Obrada rezultata

Dobiveni rezultati analizirani su programom IBM SPSS Statistics 22. Za analiziranje rezultata korištena su dva testa. Povezanost između dviju varijabli testirala se Spearman-ovim Rho Testom. Razlike aritmetičkih sredina dva poduzorka testirane su Mann-Whitney U Testom. Sva testiranja vršena su na razini značajnosti  $p < 0,05$ .

#### 4.7. Rezultati istraživanja

Tablica 1 prikazuje broj i postotak učenika koji se bave nekom izvanškolskom aktivnosti, gdje na uzorku svih ispitanika ( $N = 85$ ) vidimo da se 75 ispitanika (88,2%) bavi izvanškolskom aktivnosti, dok se 10 ispitanika (11,8%) ne bavi izvanškolskom aktivnosti.

**Tablica 1. Broj ispitanika koji se bave izvanškolskom aktivnosti**

Baviš li se nekom izvanškolskom aktivnosti?	Frekvencija (f)	Postotak
Da	75	88,2
Ne	10	11,8
<b>Ukupno</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

Sportskim aktivnostima bavi se veći dio ispitanika ( $N = 56$ ; 65,9 %), dok se manji broj ispitanika ( $N = 19$ ; 22,4 %) bavi ostalim aktivnostima u koje spada glazbena škola, zbor, folklor i DVD (*Dobrovoljno vatrogasno društvo*). Od ukupnog broja

muških ispitanika (N = 44) koji se bave nekom izvanškolskom aktivnosti najviše ih se bavi sportskim aktivnostima (N = 37), dok se mali broj ispitanika (N = 7) bavi ostalim aktivnostima. Ženski ispitanici koji se bave nekom aktivnosti (N = 31) također su više zastupljeni u sportskim aktivnostima (N = 19), dok su u ostalim aktivnostima (N = 12) nešto manje zastupljeni. Od ukupnog broja ispitanika koji se bave izvanškolskim aktivnostima (N = 75), veći je postotak ispitanika (52%) uključen u aktivnosti timskog oblika.

U *Tablici 2.* vidljivo je da se najviše muških ispitanika (N = 15) bavi se nogometom, a to je ujedno i aktivnost s kojom se bavi najviše ispitanika. Najviše ženskih ispitanika bavi se gimnastikom (N = 5) i pohađa glazbenu školu (N = 5) koja je i druga najpopularnija aktivnost ispitanika (N = 9). Od sportskih aktivnosti popularan je i tenis (N = 7) te rukomet (N = 5) i borilački sportovi (N = 5). Iz skupine ostalih aktivnosti, odnosno aktivnosti koje nisu sportske, osim glazbene škole, popularan je i folklor (N = 6) te DVD (*Dobrovoljno vatrogasno društvo*, N = 6).

**Tablica 2. Zastupljenost ispitanika po izvanškolskim aktivnostima**

Vrsta aktivnosti	Spol		Ukupno
	Ženski	Muški	
<b>Nogomet</b>	0	15	15
<b>Rukomet</b>	2	3	5
<b>Košarka</b>	0	1	1
<b>Borilački sport</b>	1	4	5
<b>Plivanje</b>	1	0	1
<b>Streljaštvo</b>	0	3	3
<b>Gimnastika</b>	5	0	5
<b>Tenis</b>	2	5	7
<b>Jahanje</b>	1	0	1
<b>Kuglanje</b>	4	0	4
<b>DVD</b>	1	5	6
<b>Škola plesa</b>	2	0	2
<b>Glazbena škola</b>	5	4	9
<b>Zbor</b>	3	1	4
<b>Folklor</b>	4	2	6

Pokazalo se da ne postoji statistički značajna razlika između učenika koji se bave izvanškolskim aktivnostima i učenika koji se ne bave izvanškolskom aktivnosti u samopoštovanju (Tablica 3) čime se odbacuje **Hipoteza 1** (M-W U test= 286,00 p

>0,05), što ukazuje da samopoštovanje učenika koji se bave izvanškolskom aktivnosti (Rang aritmetičkih sredina = 41,81; M = 18,0933) bitno ne odstupa od samopoštovanja učenika koji se ne bave nijednom izvanškolskom aktivnosti (Rang aritmetičkih sredina = 51,90; M = 19,7000).

**Tablica 3. Razlika u samopoštovanju s obzirom na sudjelovanje u izvanškolskim aktivnostima**

	Samopoštovanje
Mann-Whitney U	286,000
Wilcoxon W	3136,000
Značajnost	<b>,223</b>
M	18,2824
Sd	3,86871
N	85

Legenda: M- aritmetička sredina, sd – standardna devijacija, N -broj ispitanika

Ne postoji statistički značajna razlika između učenika koji se bave sportskom aktivnosti i učenika koji se bave ostalim aktivnostima u samopoštovanju (Tablica 4) čime se potvrđuje **Hipoteza 2** (M-W U test = 475,500,  $p > 0,05$ ), što ukazuje da se samopoštovanje učenika koji se bave sportskom aktivnosti (Rang aritmetičkih sredina = 39,38; M = 18,3889) bitno ne razlikuje od samopoštovanja učenika koji se bave ostalim aktivnostima (Rang aritmetičkih sredina = 34,45; M = 17,3333).

**Tablica 4. Razlika u samopoštovanju s obzirom na vrstu aktivnosti**

	Samopoštovanje
Mann-Whitney U	475,500
Wilcoxon W	665,500
Značajnost	<b>,490</b>
M	18,2824
Sd	3,86871
N	85

Nalazi provedenog istraživanja pokazuju da, unatoč polaznim očekivanjima, ne postoji povezanost samopoštovanja i procjene vlastitih sposobnosti ( $\rho = -,165$ ;  $p > 0,05$ ). Može se reći da učenici bez obzira na njihovo samopoštovanje imaju slične

procjene vlastitih sposobnosti u aktivnostima (*Tablica 5*) stoga se **Hipoteza 3** također odbacuje.

**Tablica 5. Povezanost samopoštovanja i procjena vlastitih sposobnosti**

	Samopoštovanje		
<b>Procjena vlastitih sposobnosti</b>	Spearmanov koeficijent korelacije	Rho	-,165
	Značajnost		,132
	N		85

Iz *Tablice 6* vidljivo je da postoji statistički značajna pozitivna povezanost procjene vlastitih sposobnosti i procjene mišljenja prijatelja o aktivnosti u kojoj je ispitanik aktivan ( $\rho = ,211$ ,  $p < 0,01$ ). Također, postoji i statistički značajna pozitivna povezanost procjene vlastitih sposobnosti i procjene mišljenja roditelja ( $\rho = ,532$ ), te procjene mišljenja trenera/voditelja aktivnosti ( $\rho = ,632$ ). Dakle ispitanici s pozitivnijom procjenom vlastitih sposobnosti u većoj mjeri misle da bi prijatelji, roditelji i trener/voditelj aktivnosti pozitivnije procijenili njihove sposobnosti u određenoj aktivnosti, čime se potvrđuje **Hipoteza 4**.

**Tablica 6. Povezanost procjena vlastitih sposobnosti i procjena mišljenja prijatelja, roditelja i trenera o učeničkoj aktivnosti**

	Procjena sebe	Procjena prijatelja	Procjena roditelja	Procjena trenera
<b>Procjena sebe</b>	1	0,638**	0,532**	0,632**
<b>Procjena prijatelja</b>		1	0,675**	0,702**
<b>Procjena roditelja</b>			1	0,622**
<b>Procjena trenera</b>				1

Legenda: \*\* - korelacija je značajna na razini od 1% vjerojatnosti pogreške

\* - korelacija je značajna na razinu od 5% vjerojatnosti pogreške

#### 4.8. Rasprava

Rezultati su pokazali kako se velik broj učenika 3. i 4. razreda bavi nekom izvanškolskom aktivnosti (88,2 %). Veći broj ispitanika (65,9 %) bavi se sportskim aktivnostima. Sportske aktivnosti popularnije su kod oba spola. Slične rezultate dobili su i Bertić i sur. (2007) gdje su sportske aktivnosti najpopularnije kod većine učenika 1. – 4. razreda osnovne škole.

Nadalje, rezultati su pokazali kako učenici uglavnom imaju visoko samopoštovanje ( $M = 18,28$ ,  $sd = 3,86$ ), a razlog visokog samopoštovanja mogla bi biti dob ispitanika. Naime, prosječna dob ispitanika bila je 9 godina, a upravo je to vrijeme kada je samopoštovanje djece stabilno. Prema istraživanjima, tijekom srednjeg djetinjstva rezultati na mjerjenjima samopoštovanja općenito su stabilni s blagim trendom prema većim vrijednostima (Cains i Caire, 1988, Dunn, 1994; prema Vasta i sur., 2005).

Dobiveni rezultati su pokazali kako nema statistički značajne razlike u samopoštovanju između učenika koji se bave izvanškolskim aktivnostima i onima koji se ne bave. Također, razlika u samopoštovanju ne postoji ni kod onih učenika koji se bave sportskim aktivnostima i onim učenicima koji se bave ostalim aktivnostima. Razlog tome bi mogao biti odabir aktivnosti kojima se bave učenici. Naime, većina učenika (52 %) koji se bave izvannastavnom aktivnosti, bavi se aktivnosti timskog oblika. Smatram kako bi u idućim istraživanjima trebalo bolje klasificirati aktivnosti, jer je istraživanjem Simpkins i Slutzky (2008) utvrđeno kako djeca koja se bave timskim sportom imaju veće samopoštovanje nego djeca koja se bave individualnim sportom.

Rezultati su pokazali kako učenici bez obzira na samopoštovanje imaju visoke procjene vlastitih sposobnosti. Također, rezultati su pokazali značajnu pozitivnu korelaciju procjena vlastitih sposobnosti s procjenama mišljenja prijatelja, roditelja i trenera/voditelja aktivnosti. To znači da ako učenici sami sebe smatraju uspješnima, smatraju da ih tako vide i drugi, odnosno ljudi iz njihove okoline. Učenici koji svoje sposobnosti visoko procjenjuju, prema istraživanju Duncana i Weissa (2007; prema Bungić i Barić, 2009), imaju veću razinu samopoštovanja od djece koja svoje

sposobnosti procjenjuju niže. Međutim, statistički značajna povezanost između samopoštovanja i samopoimanja učenika u ovom istraživanju nije dobivena.

Istraživanje Duncana i Weissa je pokazalo da djevojčice i dječaci koji se smatraju uspješnim u sportu percipiraju sebe dobro prihvaćenim među vršnjacima, te pokazuju veću razinu samopoštovanja (2007.; prema Bungić i Barić, 2009).

Razlog visokog samopoštovanja učenika mogao bi biti dobra i poticajna okolina, jer je prema Burić i sur. (2007) okolina vrlo bitna u izgradnji samopoštovanja, a prema Velki i sur (2015) ona djeca koja su prihvaćena, poštovana i pohvaljivana za ono što jesu i kakva jesu, počet će podjednako prihvaćati svoje pozitivne i negativne strane te će se kod njih razviti odgovarajuće samopoštovanje.

## 5. ZAKLJUČAK

Djeca počinju procjenjivati svoje sposobnosti u osnovnoškolskoj dobi, a to najčešće rade uspoređujući se s drugom djecom. Djeci počinje biti važno mišljenje koji drugi imaju o njima. Važno im je mišljenje prijatelja jer o tome ovisi njihov položaj u skupini. Mišljenje trenera ili voditelja aktivnosti može biti presudan faktor u odluci djeteta o prestanku ili nastavku bavljenja određenom aktivnosti (Barić, 2007). Djeca čiji roditelji nisu njihova potpora tokom bavljenja nekom aktivnosti, često odustaju od nje. Svaka negativnosti ili nepodržavanje djeteta ruši djetetov osjećaj vlastite vrijednosti, a upravo je osjećaj vlastite vrijednosti vrlo važan za stvaranje samopoštovanja. Dijete koje ima visoko razvijeno samopoštovanje, prema Coopermithu (1967; prema Bungić i Barić, 2009), asertivnije je, kreativnije i nezavisnije od djeteta s niskim samopoštovanjem. Bavljenje sportskim aktivnostima je, prema Pastoru i sur. (Bungić i Barić, 2009), pozitivno povezano sa samopoštovanjem.

U istraživanju prikazanom u ovom radu nije utvrđena statistički značajna razlika u samopoštovanju između djece koja se bave izvanškolskim aktivnostima i djece koje se ne bave nijednom aktivnosti. Isto tako, ne postoji statistički značajna razlika u samopoštovanju između djece sportaša i djece ne sportaša, odnosno djece koja se bave nekom nesportskom aktivnosti.

Istraživanje je pokazalo statistički značajnu povezanost samoprocjene učenika o vlastitoj kompetenciji u aktivnosti kojom se bave i procjeni mišljenja prijatelja, roditelja i trenera/voditelja aktivnosti. To znači da djeca koja se smatraju uspješnima u određenoj aktivnosti, smatraju kako ih uspješnima vide i ljudi iz njihove okoline.

S obzirom na dobivene rezultate u ovom radu, smatram kako je vrlo važno bodriti dijete u aktivnosti koju si odabere. Često se dogodi da je dijete predmet ismijavanja zbog neke aktivnosti kojom se bavi, samo zbog toga jer se ne bavi stereotipnom aktivnosti za svoj spol. Kao budući učitelji imamo vrlo važnu zadaću, a to je stvaranje okoline u kojoj će se svaki učenik osjećati ugodno, a ne posramljeno zbog onoga što voli.



## 6. LITERATURA

- 1.) Barić, R. (2007). *Uloga trenera u odgoju mladih sportaša*. Dostupno na web stranici: <https://bib.irb.hr/prikazi-rad?&rad=305104> [Preuzeto 20. 7.2016.]
- 2.) Baumeister, R. F., Campbell, J. F., Krueger, J. I., Vohs, K. D. (2003.). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological science in the public interest*. Dostupno na web stranici: [http://files.clps.brown.edu/jkrueger/journal\\_articles/baumeister-2003-doeshigh.pdf](http://files.clps.brown.edu/jkrueger/journal_articles/baumeister-2003-doeshigh.pdf) [Preuzeto 28. 7. 2016.]
- 3.) Bertić, D., Rajić, V., Šiljković, Ž. (2007). Izvannastavne i izvanškolske aktivnosti. *Odgojne znanosti*, 9(2 (14)), 133-145. Dostupno na web stranici: <http://hrcak.srce.hr/23549> [Preuzeto 12. 6.2016]
- 4.) Brajša-Žganec, A., Raboteg-Šarić, Z., Franc, R. (2000). Dimenzije samopoimanja djece u odnosu na opaženu socijalnu podršku iz različitih izvora. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 9(6 (50)), 897-912. Dostupno na web stranici: <http://hrcak.srce.hr/20227> [Preuzeto 30. 8. 2016.]
- 5.) Bungić, M., Barić, R., (2009). Tjelesno vježbanje i neki aspekti psihološkog zdravlja. *Hrvatski športskomedicinski vjesnik*, 24(2), 65-75. Dostupno na web stranici: <http://hrcak.srce.hr/47831> [Preuzeto 20. 7.2016]
- 6.) Burić, I., Mačuka, I., Sorić, I. Vulić, A. (2007). Samopoštovanje u ranoj adolescenciji: Važnost uloge roditeljskoga ponašanja i školskoga dostignuća. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 17(4-5 (96-97)), 887-906. Dostupno na web stranici: <http://hrcak.srce.hr/29464> [Preuzeto 20.5.2016.]

7.) Cast, A.D., Burke, P.J. (2002). A Theory of Self-Esteem. *Social Forces* 80:1041-1068. Dostupno na web stranici:

[https://www.academia.edu/7269066/a\\_theory\\_of\\_self-esteem\\_a\\_theory\\_of\\_self-esteem\\_a\\_theory\\_of\\_self-esteem\\_a\\_theory\\_of\\_self-esteem](https://www.academia.edu/7269066/a_theory_of_self-esteem_a_theory_of_self-esteem_a_theory_of_self-esteem_a_theory_of_self-esteem) [Preuzeto 1. 9.2016.]

]

8.) Cox, R. H. (2005). *Psihologija sporta*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

9.) Dickson, L., LeBlanc, J.(1996). Straight Talk About Children And Sport: Advice for Parents, Coaches, and Teachers. *Coaching Association of Canada*. Dostupno na web stranici:

[http://www.coach.ca/files/Straight\\_Talk\\_1.pdf](http://www.coach.ca/files/Straight_Talk_1.pdf) [Preuzeto 11.7.2016.]

10.) Durlak, J., Weissberg, R. (2007). The impact of after-school programsthat promote personal and social skills. Chicago, IL: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. Dostupno na web stranici:

<http://www.uwex.edu/ces/4h/afterschool/partnerships/documents/ASP-Full.pdf>

[Preuzeto 18. 6.2016.]

11.) Jelić, M. (2011). Nove spoznaje u istraživanjima samopoštovanja: Konstrukt sigurnosti samopoštovanja. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 21(2 (116)). Dostupno na web stranici:

[http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id\\_clanak\\_jezik=125916](http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=125916) [Preuzeto dana 12.5.2016.]

12.) Kosić, A. (2009). Roditelji i nastavnici - partneri u unapređivanju odgojno – obrazovnog procesa u osnovnoj školi. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*, LV(22), 227-234. Dostupno na web stranici:

<http://hrcak.srce.hr/47705> [Preuzeto 1. 9.2016.]

- 13.) Lacković-Grgin, K. (1994). *Samopoimanje mladih*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- 14.) Lacković-Grgin, K. (2002). *Coopersmithov upitnik samopoštovanja – SEI*. U Ana Proroković, Katica Lacković-Grgin, Vera Čubela Adorić i Zvezdan Penezić (ur.), *Zbirka psiholoških skala i upitnika*. Zadar: Sveučilište u Zadru.
- 15.) Miljković, D. i Rijavec, M. (1996). *Razgovori sa zrcalom: psihologija samopouzdanja*. Zagreb: IEP
- 16.) Velki, T., Cakić, L., Oblačić, I. (2015). Odnos samopoštovanja i socijalnog statusa kod učenika nižih razreda osnovne škole. *Školski vjesnik: časopis za pedagoška i školska pitanja*, 64(1), 153-172. Dostupno na web stranici: <http://hrcak.srce.hr/143873> [Preuzeto dana 30. 8.2016]
- 17) Simpkins, D.S., Slutzky, B.C., (2008). *The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept*. Dostupno na web stranici: [https://www.academia.edu/19785375/The\\_link\\_between\\_childrens\\_sport\\_participation\\_and\\_self-esteem\\_Exploring\\_the\\_mediating\\_role\\_of\\_sport\\_self-concept](https://www.academia.edu/19785375/The_link_between_childrens_sport_participation_and_self-esteem_Exploring_the_mediating_role_of_sport_self-concept) [Preuzeto 10. 8.2016.]
- 18.) Vasta, R., Haith, M. M., Miller, S. A. (2005). *Dječja psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

## PRILOG

ANKETA: Forma „M“ – verzija upitnika za dječake

Prije nego što kreneš na ispunjavanje upitnika, molim te da pažljivo pročitaš upute.

Budući da u upitniku nema točnih i netočnih odgovora, molim te da odgovoriš iskreno, kako osjećaš ili misliš vezano uz pojedino pitanje u upitniku.

Istraživanje je potpuno dobrovoljno i anonimno. Rezultati će se upotrijebiti jedino i isključivo u istraživačke svrhe.

1. Koliko imaš godina? \_\_\_\_\_
2. U koji razred ideš (zaokruži) :                      3.                      4.
3. Baviš li se nekom izvanškolskom aktivnosti?                      DA                      NE
4. Ukoliko se baviš, zaokruži aktivnost kojom se baviš (možeš zaokružiti i više aktivnosti ako se baviš s više njih).

1. Nogomet	9. Glazbena škola
2. Rukomet	10. Zbor
3. Košarka	11. Škola plesa
4. Borilački sport	12. Folklor
5. Plivanje	13. Nešto drugo:
6. Streljaštvo	_____
7. Gimnastika	_____
8. Tenis	_____ (napiši na crtu)

5. U kojoj aktivnosti iz tablice si najbolji? (ukoliko si zaokružio više njih)

6. Koliko smatraš da si dobar u toj aktivnosti? (zaokruži jedan odgovor)

Nisam baš jako dobar

Srednje sam dobar

Izvrstan sam

7. Što misliš, kad bismo pitali tvoje dobre prijatelje što oni zaista misle koliko si ti dobar u toj aktivnosti, što bi oni rekli? (zaokruži jedan odgovor)

Da nisi baš jako dobar

Da si srednje dobar

Da si

izvrstan

8. Što misliš, kad bismo pitali tvoje roditelje što oni misle koliko si zaista dobar u toj aktivnosti, što bi oni rekli? (zaokruži jedan odgovor)

Da nisi baš jako dobar

Da si srednje dobar

Da si

izvrstan

9. Što misliš, kad bismo pitali tvog trenera ili voditelja aktivnosti što on (ili ona) misli koliko si zaista dobar u toj aktivnosti, što bi on rekao? (zaokruži jedan odgovor)

Da nisi baš jako dobar

Da si srednje dobar

Da si

izvrstan

10. Molim te da označiš svaku tvrdnju na slijedeći način: ako tvrdnja **točno ili približno točno opisuje** kako se ti **najčešće** osjećaš, zaokruži odgovor „**T**“ (točno). Ako tvrdnja **ne opisuje** kako se ti najčešće osjećaš zaokruži odgovor „**N**“ (netočno).

---

Dobar sam učenik.

T

N

---

1. Često bih htio biti netko drugi.	T	N
2. Omiljen sam.	T	N
3. Teško mi je govoriti pred svima u razredu.	T	N
4. Da mogu, promijenio bih mnogo toga u vezi sa sobom.	T	N
5. Lako donosim odluke.	T	N
6. Kod kuće se lako naljutim.	T	N
7. Ponosan sam na svoj školski uspjeh.	T	N
8. Netko mi uvijek treba reći što da radim.	T	N
9. Da se priviknem na nešto novo treba mi puno vremena.	T	N
10. Često mi je žao zbog mog ponašanja.	T	N
11. Radije se igram s djecom mlađom od sebe.	T	N
12. Moji roditelji previše očekuju od mene.	T	N
13. Razumijem samog sebe.	T	N
14. Sve mi se čini zbrkano.	T	N
15. Kod kuće mi nitko ne posvećuje mnogo pažnje.	T	N
16. Ne uspijevam u školi kako bih želio.	T	N
17. Imam loše mišljenje o sebi.	T	N
18. Često se ne osjećam ugodno u školi.	T	N
19. Često se sramim samog sebe.	T	N
20. Nisam tako lijep kao što su drugi.	T	N
21. Djeca mi se često rugaju.	T	N
22. Imam osjećaj da je učiteljica nezadovoljna sa mnom.	T	N
23. Lako se uznemirim kada me grde.	T	N
24. Često osjećam da roditelji očekuju previše od mene.	T	N

25. U školi sam često obeshrabren.

T

N

HVALA NA SURADNJI!

## Kratka biografska bilješka

Rođena sam 11. veljače 1993. godine u Zagrebu Ubrzo nakon rođenja počinjem živjeti u Zaboku gdje pohađam vrtić, a od 1999. – 2007. i osnovnu školu. Osnovno obrazovanje stekla sam u *Osnovnoj školi Ksavera Šandora Gjalskog* u Zaboku. Nakon osnovne škole, 2007., upisujem *Srednju školu* u Zaboku koju završavam sa zvanjem komercijalist. 2011., nakon završetka srednje škole, kao redovni student upisujem Učiteljski studij, modul informatika na *Učiteljskom fakultetu Zagreb, Odsjek Čakovec*.



## Izjava o samostalnoj izradi rada

Ja, Mateja Kušec, izjavljujem da sam diplomski rad pod naslovom *Odnos samopoštovanja i kompetencije u sportskim aktivnostima kod učenika nižih razreda osnovne škole* izradila samostalno koristeći se literaturom, vlastitim znanjem i uz sumentorstvo dr.sc. Tee Pahić.

Naziv visokog učilišta

---

---

**IZJAVA**

kojom izjavljujem da sam suglasan/suglasna da se trajno pohrani i javno objavi moj rad

naslov

---

vrsta rada

---

u javno dostupnom institucijskom repozitoriju

---

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).

U \_\_\_\_\_, datum

Ime Prezime

---

OIB

---

Potpis

---