

# Izražavanje i razvoj emocija u ranome djetinjstvu

---

Mihalić, Jelena

Undergraduate thesis / Završni rad

2024

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:147:779533>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-11**

Repository / Repozitorij:

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



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

**Jelena Mihalić**

**RAZVOJ I IZRAŽAVANJE EMOCIJA U RANOME  
DJETINJSTVU**

**Završni rad**

**Čakovec, lipanj, 2024.**

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

**Jelena Mihalić**

**RAZVOJ I IZRAŽAVANJE EMOCIJA U RANOME**  
**DJETINJSTVU**

**Završni rad**

**Mentor rada:**

**doc. dr. sc. Tea Pahić**

**Čakovec, lipanj, 2024.**

## SAŽETAK

Ovaj završni rad govori o razvoju i izražavanju emocija kod djece u ranom djetinjstvu. Emocijama iskazujemo ono što osjećamo, bilo pozitivno ili negativno, te je veoma važno pravilno prepoznavanje i imenovanje istih. Primarne se emocije javljaju već u ranoj dojenačkoj dobi, dok se sekundarne javljaju kasnije tijekom razvoja. Dijete odmah po svom rođenju iskazuje emocije što ukazuje na njihovu važnost i važnost njihova istraživanja. U ranom djetinjstvu dijete prolazi kroz različite faze razvoja emocija; izražava ih facijalnim ekspresijama i tjelesnim izrazom, a kasnije kako dolazi do razvoja govora, upotrebljava i riječi. Okolina u kojoj se dijete nalazi vrlo je važna zbog toga što dijete promatra i imitira ono što vidi. Na taj način usvaja obiteljske obrasce ponašanja, intenzitet emocionalnih reakcija i emocionalnu regulaciju. Razvoj emocionalne samoregulacije kod djeteta ovisi o temperamentu djeteta i o stilu roditeljstva. Autoritativni roditeljski stil, s primjerenom dozom nadzora i topline, smatra se najuspješnijim roditeljskim stilom, a prepreka zdravom emocionalnom razvoju djeteta može biti postporođajna depresija majke.

**Ključne riječi:** razvoj emocija, izražavanje emocija, rano djetinjstvo

## **SUMMARY**

This final paper discusses the development and emotional expression in early childhood. Emotions express what one feels, whether positive or negative, which is why it is necessary to correctly identify and name them. Primary emotions occur in early infancy, while secondary emotions develop gradually, as the child grows. The child expresses emotions immediately after birth, an indication of their importance and the importance of emotion research. In early infancy, the child experiences different stages of emotional development and expresses emotion through facial expressions and gestures. Later on, as the child develops speech, they use words to describe their emotions. The child's environment is of crucial importance, since they observe and then imitate what they see. Thereby, they adopt family behaviour patterns, the intensity of emotional response and emotional regulation. The development of a child's emotional self-regulation depends on the parenting style and the child's temperament type. The authoritative parenting style, with an appropriate level of supervision and warmth, is considered the most successful parenting style, while a potential obstacle to a child's healthy emotional development can be the mother's postpartum depression.

**Key words:** emotional development, emotional expression, early childhood

## SADRŽAJ

1. UVOD .....	1
2. EMOCIJE I AFEKTIVNI SUSTAV .....	2
2.1. Pristupi proučavanja emocija.....	2
2.2. Važnost emocija .....	3
3. PRIMARNE I SEKUNDARNE EMOCIJE .....	5
3.1. Primarne emocije .....	5
3.1.1. Radost .....	5
3.1.2. Ljutnja .....	6
3.1.3. Tuga .....	7
3.1.4. Strah .....	7
3.1.5. Gađenje .....	8
3.1.6. Iznenađenje .....	8
3.2. Sekundarne (složene emocije) .....	8
4. RAZVOJ, IZRAŽAVANJE I REGULACIJA EMOCIJA .....	9
4.1. Faze razvoja emocija .....	13
4.2. Socijalizacija emocija .....	14
4.3. Regulacija emocija u djetinjstvu.....	15
5. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA.....	18
5.1. Prepoznavanje i imenovanje emocija .....	19
5.2. Empatija.....	20
6. UTJECAJ OBITELJI NA RAZVOJ EMOCIJA DJETETA .....	22
6.1. Stilovi roditeljstva.....	23
6.2. Majčina depresivnost i razvoj djeteta .....	24
7. ZAKLJUČAK .....	27
LITERATURA.....	28
IZJAVA O IZVORNOSTI ZAVRŠNOG RADA .....	30

## 1. UVOD

Emocije su kratka osjetna stanja koja su zaslužna za pokretanje reakcija na neki događaj (Slunjski, 2013). One su subjektivne i svatko ih izražava na svoj način, a nastaju kao produkt bioloških karakteristika pojedinca, kulture te socijalnog učenja. Okarakterizirane su različitim facijalnim ekspresijama, verbalnim izrazima, smijehom, plačem ili tjelesnom napetošću (Slunjski, 2013).

Cilj ovoga završnoga rada jest razmotriti i opisati čimbenike zdravog emocionalnog djeteta.

U drugom poglavlju ovoga rada općenito se govori o emocijama te o afektivnom sustavu. Istaknuti su različiti pristupi proučavanja emocija te njihova važnost s naglaskom na tjelesnu i psihološku dobrobit djece.

U trećem poglavlju ovoga rada detaljno su opisane primarne i sekundarne emocije, njihove razlike i načini izražavanja, te kada dolazi do razvoja istih.

Četvrto poglavlje ovoga rada govori o fazama razvoja emocija, socijalizaciji emocija te o regulaciji emocija u ranome djetinjstvu. Definirano je usvajanje, diferenciranje i transformacija emocija. Ukazuje se na važnost facijalne ekspresije, ali i kako voljno upravljati emocijama.

Peto poglavlje govori o važnosti emocionalne inteligencije – detaljno je opisano prepoznavanje i imenovanje emocija u skladu s djetetovim razvojem. Govori se i o empatiji – veoma važnoj sastavnici emocionalne inteligencije koja se već u najranijoj dobi može prepoznati kod djece.

Šesto, ujedno i posljednje poglavlje ovoga rada, ukazuje na važnost okoline u kojoj se dijete nalazi. S obzirom da je dijete najviše u kontaktu sa svojom obitelji, bitno je da obiteljska okolina bude zdrava za dijete. Ukazuje se na različite stilove roditeljstva te kako pojedini stilovi utječu na djecu. Nadalje, objašnjeno je kako dijete depresivne majke upija njezine osjećaje te ono samo poprima majčine emocije.

## **2. EMOCIJE I AFEKTIVNI SUSTAV**

Prema Vasta, Haith i Miller (2005) emocije se definiraju kao negativni ili pozitivni osjećaji ili reakcije. Prema određenim shvaćanjima emocija, „emocija je obično izazvana svjesnim ili nesvjesnim vrednovanjem nekog događaja kao bitnog za neki važan cilj; emocija se osjeća kao pozitivna kada se cilj ostvaruje, a kao negativna kad je ostvarivanje cilja zapriječeno“ (Oatley i Jenkis, 1998, str. 96). Emocije su veoma važne u životu i one su kod ljudi prisutne od samoga rođenja, stoga ih je bitno razlikovati i razumjeti. Počinju se razvijati u najranijoj dobi, a roditelji i odgojitelji svojim reagiranjem znatno utječu na emocionalni razvoj djeteta (Stokes Szanton, 2005). Na emocije jednako utječu biološki i okolinski činitelji te su one popraćene različitim facijalnim ekspresijama koje su jednake u svim kulturama (Slunjski, 2013).

Emocije se izražavaju afektima koji predstavljaju „vanjsko izražavanje emocija putem izraza lica, gesti, intonacije i slično“ (Vasta i sur., 2005, str. 452). Dokazano je da postoji čvrsta veza između dječjih osjećaja i njihovog pokazivanja. Malatesta i sur. (1989; prema Vasta i sur., 2005) to objašnjavaju time što afekt u početku točno pokazuje emociju.

### ***2.1. Pristupi proučavanja emocija***

LaFreniere (2000; prema Brajša-Žganec, 2003) je suvremene teorije emocija podijelio na evolucijske, biološke i psihološke. „Za sve teorije emocija zajedničko je da se emocije sastoje od niza povezanih reakcija na određeni događaj ili situaciju“ (Brajša-Žganec, 2003, str.16).

Evolucijske teorije rezultat su rada i proučavanja Charlesa Darwina koji tvrdi da postoji više osnovnih emocija, a opredijeljene su na proučavanje njihovih izražavanja, to jest na ekspresije i funkcije emocija, a ujedno i na njihov evolucijski razvoj (Brajša-Žganec, 2003).

Charles Darwin smatra se središnjom figurom moderne biologije; proučavao je izražavanje emocija kako bi dokazao evoluciju ljudske vrste. Tako je istraživao povezanost ponašanja ljudi sa životinjama te fizičke osnove uma. Smatrao je da su sva bića koja postoje prilagođena okolini. Promatrao je izražavanje emocija kod ljudi i kod životinja te je povezao facijalne ekspresije ljudi s ekspresijama emocija koje izražavaju majmuni. Darwin je došao do zaključka da su emocije snažno povezane s prošlošću te da „emocije nisu u potpunosti pod



voljnom kontrolom. Premda se čini da pomažu komunikaciji među ljudima, upućuju i na naše životinjsko porijeklo i prošlost našeg djetinjstva“ (Oatley i Jenkis, 2003, str. 5). Primjerice, organ slijepo crijevo, koji danas kod ljudi nema nikakvu funkciju, dolazi od predaka kod kojih je taj organ imao svrhu. Također, Darwin je smatrao da osmjehivanje, kojim se otkrivaju zubi s jedne strane lica, dolazi od životinjskog režanja i pripreme na ujed. Poruka koju Darwin šalje ljudima jest da bi se trebali promijeniti tako da se uzdignu iznad životinjskog i djetinjeg porijekla (Oatley i Jenkins, 2003).

Izard, LaFreniere, Oatley i Jenkis (1991; 2000; 2000; prema Brajša-Žganec, 2003) biološke teorije definiraju usmjerenima na utvrđivanje kortikalnih regulacijskih mehanizama koji su odgovorni za izražavanje emocija te na istraživanja lateralizacija hemisfera mozga kod obrade podražaja emocija. Lijeva je strana odgovorna za pozitivne, a desna strana za negativne emocije.

Kada se govori o psihološkim teorijama, tada se misli na psihodinamske i kognitivne teorije te na razvojne perspektive u proučavanju emocija. Od velike je važnosti psihoseksualna teorija Sigmunda Freuda koji naglašava „veliku nesvjesnu ulogu emocija i emocionalnih konflikata u ponašanju pojedinca putem obrambenih mehanizama kojima ego iskrivljuje realnost i štiti pojedinca“ (Brajša-Žganec, 2003, str. 15). Sigmund Freud predložio je tri teorije o posljedicama emocionalnih događaja: teoriju emocionalnih trauma, teoriju unutarnjih konflikata i teoriju repetitivne kompulzije (Oatley i Jenkins, 2003).

Fulgosi, LaFreniere i Vander-Zander (1985; 2000; 1993; prema Brajša-Žganec, 2003) smatraju da je Erik Erikson začetnik psihosocijalne teorije koja naglašava racionalnost i prilagodljivost ljudske prirode. Konflikti se rješavaju na negativan ili pozitivan način u psihosocijalnim fazama razvoja.

## **2.2. Važnost emocija**

Emocije su dio ljudskog života i veoma je važno imenovanje te prepoznavanje istih (Berk, 2015). Emocionalni odnos je prvi odnos koji dijete ostvaruje u interakciji s okolinom i na temelju toga razvija spoznaju o svemu ostalome. Dijete primjerice ne može krenuti ranije u školu, iako je kognitivno spremno, ono mora i emocionalno sazreti kako bi sve zajedno bilo uspješno (Pahić, n.d.).

Emocije utječu na tjelesni rast i razvoj djece, a samim time i na zdravlje. Dokazano je da je dječji psihološki stres, koji prijeđe u anksioznost ili depresiju, povezan s različitim poteškoćama još od dojenačke dobi. Primjerice, rezultat stresa može biti bolest koja se s vremenom može pogoršavati (Berk, 2008).

Kod kognitivnog procesuiranja također se može primijetiti važnost emocija: „emocionalne reakcije mogu dovesti do učenja koje je važno za preživljavanje“ (Berk, 2015, str. 400). Primjerice, kada skrbnik upozori dijete riječju: „Ne!“, dijete ta riječ upozorava da ne upadne u neku po život opasnu situaciju. Ono će se uplašiti glasnog povika koji će spriječiti da dijete napravi ono što je namjeravalo te tako ne mora pasti niz stepenice da bi naučilo da se ne smije naginjati preko njih (Berk, 2015). Goodman (1991; prema Berk, 2015) tumači da emocije snažno utječu i na pamćenje. Primjerice, kada djeca dožive neki stres kod određene situacije poput cijepjenja kod liječnika, više će se sjećati tog događaja nego djeca koja su u tom trenutku bila opuštena.

„Emocionalni signali djece, poput smijanja, plakanja i interesa, snažno utječu na ponašanja drugih. Na sličan način emocionalne reakcije drugih ljudi reguliraju socijalno ponašanje djece“ (Berk, 2015, str. 401). Bitna je činjenica da su djetetove emocionalne reakcije u početku kratkotrajne i često nepovezane. Tako dijete može vrištati bez razloga, ali će se nakon vrlo kratkog vremena početi smijati. U takvim je situacijama bitno poznavanje tih brzih promjena i prelazaka iz jednog emocionalnog stanja u drugo, zato što su one najnormalnije za ranu dječju dob (Stokes Szanton, 2005).

### **3. PRIMARNE I SEKUNDARNE EMOCIJE**

Emocionalni razvoj jest produkt različitih utjecaja naslijeđenih mehanizama kojima se reagira na emocionalne situacije i obiteljske socijalizacije te socijalizacije u neposrednoj okolini djeteta. Djetetove se emocije uvelike razlikuju od emocija odraslih. One su jednostavne, spontane, česte i kratkotrajne, snažne i nestabilne te ih djeca otvoreno pokazuju (Starc i sur., 2004). Bitno je kvalitetno poznavanje emocija jer „razumijevanje emocija podrazumijeva razumijevanje načina na koji biološki utemeljeni obrasci govornih glasova (Jurgens i Papousek, 1992) i vidljivi emocionalni izrazi omogućuju dojenčetu međusobnu komunikaciju te načina na koji ti obrasci kasnije poprimaju oblike kulture i individualnosti“ (Oatley i Jenkins, 2003).

#### ***3.1. Primarne emocije***

Postoji više podjela emocija, no najviše se teoretičara zalaže za postojanje šest temeljnih, to jest primarnih emocija. Ekman (1992; prema Brajša-Žganec, 2003) ističe da je za ulazak emocije u skupinu primarnih emocija potrebno zadovoljiti kriterije koji se tiču univerzalne facijalne ekspresije; imati jasan početak, kratko i nepozvano javljanje te emocionalno specifičnu etiologiju. Primarne se emocije počinju javljati u ranoj dojenačkoj dobi, a sekundarne se javljaju kasnije u ranome djetinjstvu (Pahić, n.d.). Temeljne emocije su radost ili sreća, iznenađenje, ljutnja, strah, tuga, gađenje te prema Berk (2015) ovdje pripada i interes. Navedene temeljne emocije dijele se na one koje se smatraju pozitivnima te one koje se smatraju negativnima. Prva reakcija djeteta jest uzbuđenje te se iz njega razvijaju ugodna i neugoda (Slunjski, 2013). Pozitivne emocije izražavaju ugodu, a to su radost i iznenađenje, dok s druge strane negativne emocije predstavljaju strah, tuga, ljutnja i gađenje te one izražavaju neugodu (Pahić, n.d.). Primarne emocije univerzalne su kod ljudi, bitne su za preživljavanje, a lako ih je prepoznati jer se izražavaju facijalnom ekspresijom (Berk, 2015).

##### ***3.1.1. Radost***

Radost ili sreća jedna je od osnovnih emocija koje se javljaju u ranoj dojenačkoj dobi. Prepoznaje se facijalnom ekspresijom koja se odlikuje podignutim obrazima gdje su kutovi usana povučeni unazad i prema gore (Berk, 2015). Aksan i Kochanska (2004; prema Berk, 2015) smatraju da djetetov smijeh podilazi tome da roditelji pokazuju djetetu ljubav te se tada djeca, odnosno bebe, smiju još više. Taj djetetov smijeh povezuje roditelje i dijete te se stvaraju

emocionalne veze i odnosi među njima. Kada dojenčad i djeca usvajaju nove vještine, glasno se osmjehuju jer tako pokazuju koliko su sretni zbog novih kognitivnih i motoričkih vještina (Berk, 2015). Primjerice, kada djevojčica uzme majčin šešir i stavi ga na glavu, uzme njezinu torbicu u ruke i oponaša majku, smije se te istodobno očekuje da će majka na to reagirati s velikim osmijehom. Tako dijete istražuje emocionalne teme koje ga interesiraju (Greenspan, 2004). Novorođenčad se u početku smije kada je zadovoljilo svoju potrebu za hranom, u REM fazi sna, kao produkt milovanja i glasa majke visokih frekvencija. Ubrzo, između šestog i desetog tjedna javlja se socijalni osmijeh (Lavelli i Fogel, 2005; Sroufe i Waters, 1976; prema Berk, 2015). To je vidljivo kada dijete skupi obrve i počinje uzbuđeno pokretati ruke i noge promatrajući lice roditelja koji govori i osmjehuje mu se. Tijekom prve godine života dojenčad se uvelike osmjehuje i smije kod socijalizacije s ljudima koji su mu poznati, a odnos djeteta i roditelja postaje čvršći. Između 10 i 12 mjeseci razlikuje se više vrsta osmijeha. Bolzani i sur., Dickson, Fogel i Messinger (2002; 1998; prema Berk, 2015) ističu da je to široki osmijeh „koji podiže obraz“ kao odgovor na roditeljski pozdrav; suzdržani nijemi osmijeh koji se javlja kada se dijete susretne s nepoznatom, ali prijateljski nastrojenom osobom te osmijeh koji se javlja kroz poticajnu igru, a to je osmijeh s raširenim ustima.

### ***3.1.2. Ljtnja***

Kao što je ranije navedeno, jedna od negativnih emocija koje izražavaju neugodu jest ljtnja. Iako novorođenčad već u početku pokazuje uznemirenost kod neugodnih stvari poput boli ili gladi, između četvrtog i šestog mjeseca pa sve do druge godine života učestalost i jačina ljutitih izraza lica su u porastu (Berk, 2015). Do ljtnje dolazi kada, primjerice, roditelj ode nekamo bez njih na relativno kratko vrijeme, kada ih se stavi na spavanje, kada im ruke nisu slobodne ili kada više nema predmeta koji im je bio zanimljiv (Camras, 1992). Djeca su najčešće ljutita kada im odrasli ne dozvoljavaju neku aktivnost ili kada ih kažnjavaju, kada im druga djeca uzimaju igračke ili kada su spriječena u svojim aktivnostima od strane druge djece (Slunjski, 2013).

Neke od karakteristika ljtnje su ogorčenost, frustriranost, ljubomora, razdražljivost i nestrpljenje (Slunjski, 2013). Alessandri, Sullivan i Lewis (1990; prema Berk, 2015) tvrde da novorođenče svojim razvojem postaje sve svjesnije namjernog ponašanja i želi kontrolirati svoje vlastite postupke te tako reakcije ljtnje rastu s dobi djeteta.

Djeca s vremenom počinju koristiti obrasce ponašanja za nošenje sa stresom te će, primjerice, s vremenom uzvratiti roditeljima kada će oni vikati na njih, ali će tako i početi

organizirati svoje osjećaje ljutnje na različite načine. Moguće je da će se dijete bacati na pod, okretati leđa roditeljima, gristi i udarati te će se mrštiti, gundati i imati izljeve bijesa (Greenspan, 2004). U takvim je situacijama važno priznati djetetu da ima pravo na ljutnju, pokazati mu razumijevanje, pomoći mu da osvijesti problem koji ga je razljutio, dati mu do znanja da njegova ljutnja neće ugroziti njegov odnos s roditeljima te je veoma bitno da roditelj razumije ljutnju djeteta, čak i kada je ta ljutnja usmjerena na njih (Slunjski, 2013).

### **3.1.3. Tuga**

Tugu, kao emociju, karakterizira uzrujanost, povrijeđenost, preplašenost, žalost, potištenost, odbačenost te ranjivost (Slunjski, 2013). Izrazi tuge mogu se pojaviti kao odgovor na određenu bol, gubitak predmeta, a kod dojenčadi se najviše javlja kada je odvojeno od svojih roditelja, odnosno skrbnika ili kada im odnos više nije emocionalno povezan kao ranije. Lewis, Allesandri i Sullivan te Stenberg, Campos i Emde (1990; 1983; prema Berk, 2008) iznose rezultate eksperimenata u kojima se oduzimanjem dode kod djece facijalnom ekspresijom izrazila emocija tuge s tri ili četiri mjeseca.

Bitno je posjedovanje sposobnosti razumijevanja tuge i njezinih razloga, zato što dijete tijekom odrastanja i razvoja može razviti razne depresivne poremećaje te anksioznost (Oatley i Jenkins, 2003).

### **3.1.4. Strah**

Strah se pojavljuje u drugoj polovici prve godine života (Berk, 2015) i jedna je od emocija koju djeca najčešće doživljavaju (Slunjski, 2013). Najčešći strah djece jest strah od nepoznatih osoba – ova emocija će se vrlo vjerojatno pojaviti kada se dijete susretne s novim osobama, no to nije uvijek pravilo. Horner (1980; prema Berk, 2015) tako daje primjer da ako se u blizini djeteta i nove nepoznate osobe koja miruje nalazi roditelj, tada dijete najčešće pokazuje pozitivno ponašanje.

Također, djeca razvijaju strahove poput „straha od bijele kute“ što predstavlja strah od odlaska liječniku. Prisutan je i strah od odvajanja i to je zapravo prvi artikulirani socijalni strah djeteta. Prvenstveno se odnosi na odvajanje djeteta od majke, a kasnije se odnosi na polazak u vrtić, školu i slično. Prijelazni objekti poput dudu, dekica i medvjedića uspješno pomažu kod ovakve vrste straha jer djetetu pružaju osjećaj sigurnosti koji ga podsjeća na dom i majku. Dijete

može razviti strah i zbog odraslih u njegovoj okolini. Primjerice, ako se djetetova majka boji psa, ponekad i dijete razvije taj strah jer djeca često oponašaju stavove i ponašanja odraslih (Slunjski, 2013).

Strah se uočava između šest i osam mjeseci, a pada nakon sedme godine života. Kako dijete raste i razvija se, tako raste i njegova sposobnost zaključivanja i razumijevanja te se prestaje bojati onoga što ne postoji. Izard (1979; prema Berk, 2015) navodi da se strah na licu prepoznaje prema podignutim obrvama, raširenim očima i otvorenim ustima s kutovima povučenima ravno unazad. Bitno je djetetu pomoći na način da roditelji shvate čega se dijete boji te da mu pomognu promijeniti stav prema strahu (Slunjski, 2013).

### ***3.1.5. Gađenje***

Gađenje je jedna od osnovnih emocija koja pripada negativnim emocijama iz kojih se razvija neugoda. Prema Slunjskom (2013), karakteristike emocije gađenja su uzrujanost, postidjenost, ogorčenost, preplašenost, razdražljivost, odbojnost i uvrijeđenost.

Rosenstein, Oster i Steiner (1988; 1979; prema Berk, 2008) tvrde kako je gađenje druga urođena facijalna ekspresija djeteta te kako do iste dolazi zbog neugodnih okusa ili mirisa što najčešće roditelju, odnosno skrbniku, pokazuje da nešto nije u redu s hranjenjem.

### ***3.1.6. Iznenadenje***

Iznenadenje jest emocija koja pripada pozitivnim emocijama koje izazivaju ugodu poput sreće ili radosti. Karakteristike emocije iznenadenja su začuđenost, zaprepaštenost, nestrpljivost, impresioniranost, nesigurnost, potresenost te uznemirenost (Slunjski, 2013).

Iznenadenje je jedna od najkraćih emocija koje se mogu doživjeti te nekad nalikuje na strah. Ponekad je teško razlikovati strah od iznenadenja jer se izražavaju sličnim facijalnim ekspresijama. Iznenadenje se prepoznaje po podignutim obrvama i kopcima te otvorenim ustima. Iznenadenje može prijeći u strah, ljutnju, gađenje ili sreću, ovisno o trenutku (Kovačević, Ramadanović, 2016).

## ***3.2. Sekundarne (složene) emocije***

Osim primarnih, odnosno temeljnih emocija, postoje i sekundarne emocije koje podrazumijevaju sram, nelagodu, krivnju, zavist i ponos. Te su emocije poznate kao emocije

samosvjesnosti (Berk, 2015). One se javljaju kada dijete razvija sve veći pojam o sebi te se smatra da djeca tako češće doživljavaju osjećaje koji uključuju povredu, a to su emocije poput stida, neugode i krivnje ili uzdizanja samoga sebe – ponosa. Emocije se odnose i na ugrožavanje vlastite vrijednosti i tada dolazi do emocije zavisti (DeCantazaro, 1999; prema Starc i sur., 2004).

Krajem druge godine djetetova života počinju se javljati emocije samosvjesnosti. Djeca između 18 i 24 mjeseca postaju sve svjesniji sebe i počinju sebe sagledavati kao zasebnu osobu. Primjerice, djeca iskazuju sram tako da spuštaju pogled i rukama pokrivaju lice kako bi se sakrili (Berk, 2015). U trećoj godini djetetova života emocije samosvjesnosti povezane su sa samovrednovanjem djeteta (Lewins, 1999; prema Berk, 2008).

Stipek (1995; prema Berk, 2008) tvrdi da predškolska djeca nemaju još u potpunosti razvijene standarde izvrsnosti i upravljanja, nego su ovisni o porukama odraslih, odnosno o njihovim uputama kada se kako osjećati. Roditelji koji stalno negativno komentiraju svoju djecu dovode do toga da dijete previše intenzivno doživljava svoje emocije samosvjesnosti, što znači da osjećaju više stida nakon neuspjeha i više emocija ponosa nakon uspjeha. S druge strane, roditelji bi trebali djecu upućivati što su napravili dobro, a što bi mogli bolje te djeca takvih roditelja upućuju na umjerene razine samosvjesnosti (Berk, 2008). Odrasli različito utječu na razvoj emocija samosvjesnosti, što je i drugačije u svakoj kulturi. Primjerice, na zapadu se javlja ponos radi djetetova osobnog postignuća kao što je dobra ocjena; u Kini i Japanu to isto pridavanje pažnje dovodi do toga da djeca osjećaju nelagodu i žele biti neprimijećena. Akimoto i Sanbonmatsu te Lewis (1999; 1992; prema Berk, 2015) tako navode da kršenje standarda u kulturi dovodi do velikoga srama.

U ranome djetinjstvu djeca osjećaju stid u velikim količinama zbog toga što sami sebe smatraju neadekvatnim i loše prilagođenim. Primjerice, kada sami za sebe misle da su glupi ili loše osobe (Lindsay-Hartz, de Rivera i Mascolo 1995; prema Berk, 2008). S druge strane, krivnja je povezana s dobrom prilagodbom jer ona pomaže djeci da isprave ono loše i da se nastoje bolje ponašati (Berk, 2008).

#### **4. RAZVOJ, IZRAŽAVANJE I REGULACIJA EMOCIJA**

Prvi jezik ljudi su emocije što je vidljivo iz toga što neposredno nakon rođenja novorođenče počinje plakati, a to je zapravo njegova prva emocionalna komunikacija (Oatley i Jenkins, 2003). MacLean (1993; prema Oatley i Jenkins, 2003) taj plač smatra vrlo važnom

evolucijskom prekretnicom. Time započinje razvoj nove vrste u kojoj su se gmazovi počeli preobražavati u sisavce te je primijećena pojava suradnje i društvene aktivnosti.

Malatesta, Izard i Camras (1991; prema Vasta i sur., 2005) smatraju da se mnogo informacija o emocijama u ranome djetinjstvu dobiva na temelju istraživanja facijalne ekspresije, iako vokalizacija i pokreti tijela također mogu upućivati na neke informacije o emocijama. Novorođenčad, isto kao i odrasli, posjeduje sve facijalne mišiće koji su potrebni za pokazivanje emocionalnih ekspresija. Na temelju izraza lica može se zaključiti o kojoj emociji je riječ (Berk, 2015). Kako se emocije javljaju neposredno nakon rođenja djeteta, one nisu posve diferencirane, ali s djetetovim razvojem postaju sve diferenciranije. *MAX (Maksimalno diskriminativni pokreti lica)* sustav jest metoda koja je veoma raširena za prepoznavanje i klasificiranje emocija dojenčadi. Temelji se na pokretima mišića lica i temeljnih emocionalnih stanja. Primjerice, izražena radost prepoznat će se podignutim obrazima i kutovima usana postavljenih unatrag, dok će se strah izražavati podignutim obrvama, raširenim očima te otvorenim ustima gdje su kutovi usana povučeni ravno unazad (Izard, 1979; prema Berk 2015).

Prva reakcija djeteta jest uzbuđenje te se iz njega razvijaju ugodna i neugoda (Slunjski, 2013). Camras i sur., Fox i Sroufe (2003; 1991; 1979; prema Berk, 2015) smatraju da su djeca od najranije dobi privučeni ugodnim podražajima, a da se pred neugodnim podražajima povlače. O tome govori perspektiva dinamičnih sustava koja objašnjava koordiniranje dječjih vještina te njihovo mijenjanje popratno uz razvoj središnjeg živčanog sustava, ali i uz iskustva i ciljeve djeteta (Berk, 2015). Linda Camras (1992; prema Berk, 2015) istraživala je izraze lica svoje kćeri između 6 i 14 tjedana te je došla do zaključka da je dijete najprije izrazilo ljuti izraz u veoma kratkom vremenu, trenutak prije plača, te je primijetila tužan izraz lica kada se plač smanjivao. U početku ekspresije nisu bile povezane ni s bebinim iskustvima ni ciljevima, no kasnije je dijete ostajalo ljuto kada se nisu ispunjavale njezine želje ili kada su se pojavljivali izazovi koje nije mogla savladati (Berk, 2015).

Teorija odvojenih emocija govori o postojanju malog skupa temeljnih emocija te se prema njoj emocija pojavljuje zajedno sa skupom tjelesnih promjena, posebice izrazom lica. Emocionalni su izrazi tako i unutrašnji, ali i vanjski znakovi koji se tijekom razvoja mijenjaju. Važno je proučavati emocije kod dojenčadi jer „nam proučavanje emocija kod djece dojenačke dobi pruža važne informacije zbog toga što kod tako male djece emocije možemo opažati prije nego što nastupe promjene uzrokovane kulturom“ (Oatley i Jenkis, 2003, str. 162).



Darwin predlože taksonomiju emocionalnih izraza vidljivu u *Tablici 1*. Vlada pretpostavka da je svaka emocija vezana za neko stanje s prepoznatljivim izrazom koji svatko može prepoznati. Ono što se osjeća u unutrašnjosti, iznosi se van te je vidljivo u izražavanju emocija. Kod promatranja izražavanja emocija, najviše se usmjeravamo na lice koje služi za objektivna mjerenja (Oatley i Jenkins, 2003).

**Tablica 1.**

*Emocionalni izrazi koje opisuje Darwin (1872; prema Oatley i Jenkins, 2003)*

<b>IZRAZ</b>	<b>MOTORIČKI APARAT</b>	<b>PRIMJER EMOCIJA</b>
Crvenjenje	Krvne žile	Sram, skromnost
Tjelesni kontakt	Tjelesni mišići	Naklonost
Stiskanje šaka	Tjelesni mišići	Ljutnja
Plakanje	Suzni kanali	Tuga
Mrštenje	Mišići lica	Ljutnja, frustracija
Smijanje	Dišni sustav	Zadovoljstvo
Znojenje	Žlijezde znojnice	Bol
Nakostriješenost	Koža	Strah, ljutnja
Vrištanje	Glasovni aparat	Bol
Slijeganje ramenima	Tjelesni mišići	Ravnodušnost
Prezrivo osmjehivanje	Mišići lica	Prezir
Drhtanje	Tjelesni mišići	Strah, tjeskoba

Emocije se, dakle, mogu izraziti facijalnom ekspresijom te tjelesnim ekspresijama i mimikom, ali mogu se i verbalizirati (Mušac, 2023). Novorođenče jedino izražavanjem svojih emocija može ukazati na potrebu za zadovoljenjem neke potrebe ili pokazati kako se osjeća u određenome trenutku. Kao što je navedeno, djetetov prvi oblik komunikacije, odmah po rođenju, jest plač koji je od iznimne važnosti jer ukazuje na to da dijete živi – da je prodisalo. Dijete zadržava taj oblik emocionalne komunikacije, plač, kako bi dalo signale okolini vezane uz zadovoljavanje njegovih bioloških potreba, ali i želja, sve do trenutka kada počinje verbalno komunicirati (Pahić, n.d.).

Novorođenče u svojim najranijim mjesecima, do približno osmog mjeseca života, pokazuje čime je zadovoljno, a čime nije. Kada je nesretno, često ga može umiriti osoba koju dobro poznaje te u društvu pokazuje zadovoljstvo smijanjem jer je vrlo zainteresirano za ljude.

Može se primijetiti nezadovoljstvo djeteta gubitkom društvenog kontakta te se pred stranim ljudima ne osjeća ugodno. Izražava zadovoljstvo, ljutnju, tjeskobu ili strah, tugu, radost, uzbuđenje, razočaranje te zanos (Stokes Szanton, 2005). Kada je u pitanju osmijeh, on se najprije javlja samo u fazama spavanja. Već nakon prvog mjeseca osmijeh se javlja kao produkt nježnog milovanja, dok se nakon drugog mjeseca smijeh javlja u kvalitetnom odnosu s roditeljem. Dijete se s tri mjeseca života svjesno i sigurno osmjehuje na događaje koji i odrasle čine radosnima, ali se osmjehuje i kada savlada neku prepreku, cilj ili kada ovlada pojedinom vještinom (Oatley i Jenkis, 2003). Dijete po završetku šestog mjeseca života izražava četiri primarne emocije: ljutnju, strah, radost i tugu (Rezić, 2006). Djeca izražavaju radost u socijalnim interakcijama s poznatim ljudima te emocionalni izrazi razvojno postaju organizirani obrasci koji su povezani s okolinom (Berk, 2015).

Kod djece starosti između sedam i dvanaest mjeseci života, ljutnja i strah postaju sve učestaliji (Berk, 2015). Djeca pokazuju ljutnju prema ljudima, ali često se ljutnja pokazuje i prema predmetima te dijete tako iskazuje svoje negativne osjećaje, a često i agresivna ponašanja (Stokes Szanton, 2005). Dijete se još uvijek ne osjeća dovoljno sigurno i opušteno kada je u društvu s nedovoljno poznatim ljudima i tako mu roditelji, odnosno skrbnici, predstavljaju najbližu i najsigurniju osobu u životu (Berk, 2015).

Između prve i druge godine kod djece se počinju javljati emocije samosvjesnosti koje su ovisne o poticanju odraslih (Berk, 2015). Povećava se izražavanje straha, neugode i stida što se manifestira spuštanjem glave i očiju te pokrivanjem lica, a javlja se i ponos (Starc i sur., 2004). Između prve i druge godine kod djece se počinju javljati emocije samosvjesnosti koje su ovisne o poticanju odraslih te se jezik koristi kao pomoć kod izražavanja emocija (Berk, 2015).

U trećoj godini djetetova života javljaju se emocije zavisti i krivnje. Zavist se prepoznaje kada dijete nema nešto što drugo dijete ima, a željelo bi imati, dok je krivnja ono što dijete osjeća nakon zavisti jer zna da je to pogrešno. Od treće godine dijete prolazi kroz proživljavanje velikog niza strahova, sve od mraka i životinja pa do realnih strahova poput nesreća i smrti koji se javljaju oko pete godine djetetova života (Pahić, n.d.). Između treće i šeste godine djetetova života započinje samoregulacija ponašanja (Starc i sur., 2024). Nadalje, u četvrtoj godini ponašanja postaju veoma burna te se odlikuju emocijama ljutnje i ljubomore te zbog toga u toj godini djeca najviše grizu, štipkaju se, vrište, bacaju se na pod ili slično. To je odgovor na povrjeđivanje njihovog integriteta.

S razvojem, u petoj godini i dalje dolazi do burnih reakcija, ali potaknuto drugačijim razlozima. Djeca burno i ljutito reagiraju radi prepreka koje ne mogu savladati ili zbog kažnjavanja. Dijete namjerno počinje izražavati ljutnju jer zna da nešto ne smije, a pošto je kažnjeno, na taj način ono kažnjava roditelje. Ujedno se kod djece počinju javljati zabrinutost i razočaranje (Pahić, n.d.).

U dobi od šest godina dijete već ima dovoljno obogaćen rječnik te izražavanje ljutnje više nije direktno tjelesno-agresivno, već dijete to može izražavati psovanjem, hvalisanjem, ruganjem ili sličnim ponašanjima. Ljutnja se javlja zato što im je povrijeđen ponos pa se na taj način zalažu za sebe (Pahić, n.d.).

#### ***4.1. Faze razvoja emocija***

Faze emocionalnog razvoja podijeljene su u tri skupine, a to su: usvajanje emocija, diferenciranje i transformacija emocija (Haviland-Jones i sur., 1997; LaFreniere, 2000; Oatley i Jenkins, 2000; prema Brajša-Žganec, 2003).

Faza usvajanja emocija prva je faza u razvoju emocija te započinje u ranome djetinjstvu (Pahić, n.d.). Ona podrazumijeva „refleksne reakcije, karakteristike temperamenta te usvajanje određenih emocionalnih obilježja“ (Brajša-Žganec, 2003, str. 17). Ovisno o genetici i temperamentu, djeca uče prepoznavati emocije. Okolina je veoma važan faktor u ovoj fazi jer djeca upijaju sve iz okoline te pokazuju svoje osjećaje u interakciji s istom, a tako i uče kontrolirati i prepoznavati svoje emocije (Brajša-Žganec, 2003). Djeca prvenstveno izražavaju emocije kako bi se ostvarila komunikacija između djeteta i osobe koja brine o njemu, to jest uzajamna regulacija interakcije (Oatley i Jenkins, 2003). Kada dijete izražava neugodne emocije, ono tada daje znak okolini da nije zadovoljno situacijom u kojoj se nalazi. Rezultat toga trebao bi biti da djetetov skrbnik promijeni i prilagodi svoje ponašanje do te mjere da dijete vidljivo prestaje izražavati neugodu i počinje pokazivati zadovoljstvo. Tako dijete sa skrbnikom uzajamno regulira međusobne interakcije (Pahić, n.d.).

Faza diferenciranja emocija javlja se ubrzo nakon prve godine života (Gopnik, 2011). Navedena faza uključuje povezivanje i odvajanje izraza i osjećaja prema nekom kontekstu ili ponašanju, odnosno od nekog konteksta ili ponašanja (Brajša-Žganec, 2003). U ovoj fazi dolazi do modifikacije signala iz okoline pod utjecajem obiteljskih obrazaca ponašanja u kojima se emocionalne reakcije povezuju s novim kontekstom (Brajša-Žganec, 2003). Dolazi do minimalnog ili pretjeranog naglašavanja izražavanja emocija, ali i do prikrivanja nekih emocija.

Djeca u ranom djetinjstvu oponašaju roditelje, modificiraju svoje izražavanje emocija i tako nastaju obiteljski obrasci ponašanja. U drugoj polovici druge godine života djeca povezuju svoje primarne emocije te uče složenije emocionalne procese koji su veoma važni jer prethode daljnjem razvoju, primjerice zavist i empatija. Lewis (1993; prema Brajša-Žganec, 2003) navodi da djeca između druge i treće godine života razvijaju složenije emocije kao što su ponos, sram, zbunjenost i krivnja te prkos.

Transformacija ili reorganiziranje emocija podrazumijeva dva uključena procesa (Brajša-Žganec, 2003).

„Prvi se odnosi na način na koji određeno emocionalno stanje transformira procese razmišljanja, učenja ili pripreme za reakciju u tom stanju, a drugi se odnosi na to kako se sam emocionalni proces mijenja iskustvom i znanjem tako da se kontekst i značenje emocija javljaju kao konstrukcija svakog pojedinca“ (Haviland-Jones i sur., 1997; LaFreniere, 2000; prema Brajša-Žganec, 2003, str. 19).

Emocija, iako može ostati jednostavna, može se i promijeniti u cjelokupni sustav mišljenja i ponašanja. Haviland-Jones (1997; prema Brajša-Žganec, 2003) tako daje primjer u kojem se tuga može pomiješati sa strahom i krivnjom te može doći do depresije. U toj posljednjoj, najsloženijoj i najmanje istraženoj fazi zapravo dolazi do povezanosti emocionalnog iskustva i verbalizacije emocija te do samog miješanja emocija i njihovih transformacija (Brajša-Žganec, 2003).

#### **4.2. Socijalizacija emocija**

Socijalizacija emocija odvija se na tri načina (Andrilović i Čudina-Obradović, 1994; prema Starc i sur., 2004). Prvi je način kada dijete promatra osobu u svojoj okolini te je oponaša i tako uči koje situacije, predmeti i pojave izazivaju koje emocije (Starc i sur. 2004). Malatesta (1985; prema Vasta i sur., 2005) navodi da velik broj majki pokazuje djeci pozitivne facijalne ekspresije kako bi im njihova djeca mogla uzvratiti. S druge strane, Pickens i Field (1993; prema Vasta i sur., 2005) tvrde da depresivne majke djeci pokazuju više tužnih nego sretnih izraza te da djeca to oponašaju.

Drugi način socijalizacije emocija jest onaj u kojem okolina daje modele za oponašanje i emocionalno izražavanje. Ostvaruje se mimikom, različitim kretnjama, govorom i intenzitetom u izražavanju. Dijete koje ima deset mjeseci i smješka se, pod utjecajem je

socijalnih faktora i nije kontrolirano emocijom koju ono doživljava. Jones, Collins i Hong (1991; prema Vasta i sur., 2005) iznijeli su rezultate istraživanja u kojima su se promatrala djeca kako se igraju i smješkaju te se zaključilo da se više smješkaju kada vide da ih majka gleda, a to pokazuje da dječje smješkanje pokazuje njihove pozitivne emocije i u ulozi je komunikacije s majkom. Veća je vjerojatnost da će majke pozitivno reagirati na dječje izražavanje ugone nego na iskazivanje neugode (Keller i Scholmerich, 1987; Malatesta, 1985; prema Vasta i sur., 2005). Smatra se da su tijekom prve godine života pozitivne reakcije djece češće od negativnih (Malatesta i sur., 1986; Malatesta i sur., 1989; prema Vasta i sur., 2005).

Socijalnim učenjem postiže se samoregulacija emocija u kojoj socijalna okolina s namjerom odgaja dijete i uči ga da je u redu prekriti neke emocije ili smanjiti intenzitet njihovih izražavanja, to jest da se izražavaju u mjeri koja je društveno prihvatljiva (Starc i sur., 2004). Primjerice, muška djeca odmah su poučena tome da iskazivanje straha i boli nije prikladno za njih te će od malih nogu nastojati prekriti izražavanje tih emocija (Vasta i sur., 2005).

#### **4.3. Regulacija emocija u djetinjstvu**

Regulacija emocija počinje se razvijati u ranom djetinjstvu kroz interakciju s roditeljima te iz dječjeg temperamenta koji je prirodan.

Kada je dijete staro godinu dana, tada organizacija njegovog kognitivnog, afektivnog i bihevioralnog sustava omogućuje da zajedno sa svojim skrbnikom regulira svoje emocije. Nakon nekog vremena, dijete počinje misliti o događajima i pronalazi načine kako ih interpretirati te se kaže da razvija proces samoregulacije (Brajša-Žganec, 2003). Prema jednoj od definicija „emocionalna samoregulacija odnosi se na strategije koje koristimo kako bismo intenzitet ili trajanje svojih emocionalnih stanja doveli na ugodnu razinu koja nam omogućava ostvarenje tih ciljeva“ (Berk, 2015, str. 407). Može se reći da je samoregulacija emocija „upravljanje vlastitim ponašanjem, a njezin najsavršeniji oblik je uspostavljanje samokontrole - vladanja sobom“ (Težak i Čudina-Obradović, 1996; prema Starc i sur., 2004).

U dojenačkoj dobi dijete ima ograničenu sposobnost reagiranja na svoja emocionalna stanja. Mjesec dana nakon rođenja dijete postaje stabilno u funkcioniranju, a prilikom njegovog narušavanja upućuje signale okolini te traži odgovore iz iste. Roditelji tada tješe dijete i zapravo oni reguliraju njegove emocije (Brajša-Žganec, 2003). Ono veoma brzo i lako može biti

prepuno emocija, no ovisno je o svom roditelju, odnosno skrbniku jer ga oni utješe njihovim, maženjem i sličnim postupcima (Berk, 2015).

Između drugog i četvrtog mjeseca života započinju igre interakcijom lice u lice prilikom kojih skrbnici bude ugodu kod bebe i prilagođavaju se bebi kako je ne bi uznemirili svojim ponašanjem. Produkt navedenog jest veća tolerancija bebe na podražaje (Kopp i Neufeld, 2003; prema Berk, 2015).

Tijekom druge godine djetetova života, razvoj jezika i razvijene vještine predočavanja pokazuju nove načine regulacije emocija (Berk, 2015). Nakon 18 mjeseci života, njihov se rječnik obogaćuje, ali još nisu sposobni upravljati jezikom kako bi izrazili svoje emocije. Ponekad djeca ne mogu kontrolirati svoju ljutnju kad skrbnik odbije njihove zahtjeve – primjerice, kada su gladni pa se zato javljaju ispadi bijesa (Mascolo i Fischer, 2007; prema Berk, 2015). Roditelji koji suosjećaju s emocijama djeteta, dok istodobno postavljaju granice, odvlače pažnju djeteta i zapravo privikavaju dijete da se u budućnosti bolje nosi sa zabranama, a ujedno stječe i socijalne vještine (Laible i Thompson, 2002; Lecuyer i Houck, 2006; prema Berk, 2015).

Nakon druge godine života, djeca sve češće pričaju o vlastitim osjećajima i pokušavaju ih kontrolirati. „Između treće i četvrte godine verbaliziraju različite strategije emocionalne samoregulacije“ (Berk, 2015, str. 408). Djeca znaju da mogu spriječiti neke emocije blokirajući osjetni ulaz, primjerice, djeca su svjesna da ako gledaju nešto strašno, mogu prekriti oči i to spriječiti. Navedeno potencira veću kontrolu emocija i manje emocionalnih ispada u predškolskoj dobi (Thompson i Goodvin, 2007; prema Berk, 2015).

Tri su oblika postupnog razvoja samokontrole (Starc i sur., 2004):

- razvoj unutarnjeg govora;
- odupiranje iskušenju;
- odgoda zadovoljenja.

Samokontrola se počinje primjećivati u trećoj godini djetetova života kada dijete namjerno ne želi poslušati naredbu roditelja (vanjska kontrola). Dijete nastoji učiniti ono što ono samo želi bez obzira na to što mu je roditelj naredio. Tada dijete samo sebi govori riječi roditeljske zabrane jer ih preuzima kao svoje vlastite. Kada dijete više nema potrebu govoriti riječi roditeljske zabrane naglas, nego kad one postaju dio njegovih misli, tada započinje pravi proces razvoja samokontrole – najčešće nakon djetetova trećeg rođendana. Uz pomoć

samokontrole dijete se može strpjeti, naučiti se redu, svladati strah i nastaviti rad kada je težak i dosadan. Kako bi se navedeno ispunilo, potrebno je najprije odgoditi zadovoljenje i pričekati nagradu koja se kasnije može zamijeniti većom nagradom (Starč i sur., 2004). Bitan je razgovor roditelja s djecom predškolske dobi jer to potiče razvoj emocionalne samoregulacije (Thompson, 2006; prema Berk, 2015). Djetetu se može na jednostavan način objasniti neko neugodno i teško iskustvo da se u buduću bolje nosi s nekim događajima i emocijama te će to moći primijeniti u svojem životu (Berk, 2015). Primjerice, kod uginuća kućnog ljubimca djeci treba objasniti da je smrt sastavni dio života te da se ništa ne može učiniti kako bi se to izbjeglo. Valja napomenuti da je proces tugovanja i žaljenja sasvim prirodan te da se uvijek mogu prisjećati lijepih uspomena.

## 5. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA

Emocionalna inteligencija uključuje „sposobnost točnog uočavanja, procjene i izražavanja emocija; sposobnost pristupa i/ili priziva osjećaja kad oni olakšavaju mišljenje; sposobnost razumijevanja emocija i emocionalnih spoznaja te sposobnost refleksivne regulacije emocija na načine koji promiču emocionalni i intelektualni rast“ (Salovey i Sluyter, 1999, str. 43).

Što se tiče emocionalne inteligencije, poznat je skup emocionalnih osobina koje su iznimno važne za svaku osobu kao uspješnog pojedinca, a to su: empatija, izražavanje i shvaćanje vlastitih osjećaja, samosvladavanje, neovisnost, prilagodljivost, omiljenost, sposobnost rješavanja problema u suradnji s drugima, upornost, prijateljsko ponašanje, ljubaznost i poštovanje (Salovey i Mayer, 1989; prema Shapiro, 1998). Emocionalna inteligencija roditelja označava svijest o djetetovim osjećajima te odgovore poput suosjećanja, smirivanja i usmjeravanja, dok za djecu ona predstavlja kontroliranje impulsa, odgodu zadovoljstva, motivaciju, čitanje društvenih signala koje šalju drugi te suočavanje s usponima i padovima u životu. Roditelji pomažu djeci prepoznati emocije, cijeniti svoje osjećaje i povezati ih s društvenim situacijama (Salovey i Sluyter, 1999). Bitno je da roditelji pokazuju emocije pred djecom te da provode vrijeme razgovarajući o emocijama. Među roditeljima koji ne uspijevaju poučiti svoju djecu emocionalnoj inteligenciji, prepoznaju se tri vrste (Gottman i DeClaire, 2022):

- roditelji koji zanemaruju djetetove negativne emocije;
- roditelji koji ne odobravaju i koji kritiziraju djetetove negativne emocije;
- roditelji koji prihvataju emocije svoje djece i pokazuju suosjećanje, ali im ne nude smjernice u ponašanju.

Umjesto da se emocionalna inteligencija definira kao jedna, Gardner ističe da „sposobnost upravljanja vlastitim – kao i tuđim – osjećajima čine dvije povezane, ali odvojene inteligencije – interpersonalna i intrapersonalna inteligencija“ (Salovey i Sluyter, 1999, str. 104).

Interpersonalna inteligencija definira se kao sposobnost razumijevanja i shvaćanja drugih, stoga je velika vjerojatnost da će učitelji i liječnici te vjerski vođe imati visoku razinu te inteligencije. S druge strane, intrapersonalna inteligencija podrazumijeva stvaranje vlastite



ličnosti i sposobnosti, što će se iskoristi za uspješnost u daljnjem životu (Gardner, 1993; prema Goleman, 2013).

Emocionalna inteligencija i kvocijent inteligencije su potpuno odvojene sposobnosti. Postoji korelacija između IQ –a i pojedinih aspekata emocionalne inteligencije, no ona je veoma slaba. Emocionalna se inteligencija ne može mjeriti pisanim testovima kao što se mjeri IQ te možda neće ni postojati. Primjerice, empatija se može mjeriti ispitivanjem stvarne sposobnosti osobe na djelu, tako što se od ispitanika traži da iščita nečije osjećaje s video snimke gdje je vidljiv nečiji izraz lica (Goleman, 2013).

### ***5.1. Prepoznavanje i imenovanje emocija***

„Baš kao što dijete utječe na majku pokazivanjem afektivnih reakcija, tako i majka može utjecati na dijete. No prije pojavljivanja toga oblika regulacije, dijete mora moći prepoznati i interpretirati majčine reakcije“ (Vasta i sur., 2004, str. 453).

Bebe mlađe od šest tjedana još nemaju razvijenu sposobnost prepoznavanja različitih emocionalnih ekspresija jer još ne mogu prepoznati ni facijalne ekspresije (Field i Walden, 1982; prema Vasta i sur., 2004). Kako se djeca razvijaju, mogu ubrzo početi razlikovati facijalne izraze emocija. Primjerice, kada su djeca navikla gledati fotografiju na kojoj se netko smije, ona su primijetila da je nešto drugačije i pokazali su promjenu pažnje kada im je pokazana fotografija s namrgođenim izrazom lica (Barrera i Mauer, 1981; prema Vasta i sur., 2004).

Djeca nakon šest mjeseci života počinju jasno razumjeti što znači pojedina emocionalna ekspresija. Počinju pokazivati da su im neke ekspresije draže te počinju pokazivati onu ekspresiju koju gledaju (Campos i sur., 1983; Haviland i Lelwica, 1987; Ludemann, 1991; Nelson i Dolgrin, 1985; prema Vasta i sur., 2004).

Krajem prve godine života djeca koriste emocionalne ekspresije ostalih ljudi za regulaciju vlastitog ponašanja. Započinje proces socijalnog zaključivanja (Feinmann, 1992; Klinnert i sur., 1983; prema Vasta i sur., 2004). Primjerice, dijete čeka povratnu informaciju majke kada nije sigurno što učiniti (Feinmann i sur., 1992; Rosen, Adamson i Bakeman, 1992; prema Vasta i sur., 2004).

Nakon treće godine djetetova života, dijete sve više počinje prepoznavati emocionalne ekspresije, a to je dokazano različitim istraživanjima s fotografijama koje služe kao podražaji za prepoznavanje emocionalnih izražaja (DiBiase i Waddell, 1995; Kestenbaum i Gelman, 1995; MacDonald i sur., 1996; prema Brajša-Žganec, 2003).

Dakle, od djeteta se traži da uz pomoć opisanih situacija prepozna i imenuje emociju koja se javlja. Primjerice, djevojčica je bila jako emocionalno povezana s jednim medvjedićem kojeg je izgubila. Postavljamo pitanje: „Kako se djevojčica osjeća?“ Osjeća se tužno.

## **5.2. Empatija**

Empatija je jedna od sastavnica emocionalne inteligencije te su u njoj „razumijevanje i izražavanje emocija isprepleteni jer su za empatijski odgovor potrebni i svijest o emocijama druge osobe i vikarijsko iskustvo tih emocija“ (Berk, 2015, str. 414). Razlikuju se dvije komponente empatije, a to su emocionalno reagiranje na druge ljude (razvija se u prvih šest godina) te kognitivna reakcija kada su djeca sposobna razumjeti druge s njihovog gledišta (Shapiro, 1997).

U najranijem djetinjstvu javlja se empatija kada beba počinje plakati nakon što je ugledala drugu bebu kako plače (Berk, 2015). Martin Hoffman (1982; prema Shapiro, 1997) to naziva *globalnom empatijom*, zato što dijete u toj životnoj dobi još nije razvojno sposobno prepoznati granicu između sebe i svijeta koji ga okružuje i tako žalost druge djece shvaća kao svoju.

Između prve i druge godine djetetova života, djetetu počinje biti jasno da žalost drugog djeteta nije i njegova žalost. Vidljiva je empatija u situacijama kada će većina djece pokušati utješiti drugo dijete koje plače, iako nisu sigurni kako ga točno utješiti (Shapiro, 1997).

S razvojem jezika, dolazi i do većeg razvoja empatije jer se djeca počinju sve više koristiti riječima kako bi utješili druge, a time pokazuju misaonu razinu empatije (Bretherton i sur., 1986; prema Berk, 2015).

Neka se djeca rađaju s većom sklonošću empatiji od druge djece. Rezultati istraživanja Radke-Yarrow i Zahn-Waxler pokazuju da neka djeca na žalost drugih reagiraju suosjećanjem i pokušajem pomoći, a neka djeca samo sa zanimanjem promatraju. Postoje i djeca koja na tuđu žalost reagiraju negativnim emocijama te su agresivni prema djeci koja tada plaču (Shapiro, 1997).

U šestoj godini djetetova života, stadijem kognitivne empatije, započinje sposobnost djeteta da sagleda stvari sa stajališta druge osobe i postupa u skladu s istim (izlazak iz faze egocentrizma). Primjerice, dijete će raspoznati razliku kada treba prići žalosnom prijatelju, a kada ga ostaviti na miru (Shapiro, 1997).

## 6. UTJECAJ OBITELJI NA RAZVOJ EMOCIJA DJETETA

Najvažniji izvor socijalizacije djeteta predstavljaju roditelji, odnosno djetetovi skrbnici, koji na različite načine utječu na dječja emocionalna stanja i na emocionalno-socijalnu kompetenciju djece (Brajša-Žganec, 2003). Odnos između djeteta i roditelja počinje se razvijati od djetetova rođenja, a način na koji se roditelji, skrbnici, ponašaju prema djeci, postavlja temelje dječjeg emocionalnog razvoja (Vranjican i sur., 2019). U obiteljskom okruženju djeca provode većinu svoga vremena, stječu važne socijalne kompetencije i kognitivne vještine te razvijaju stavove, uvjerenja i vrijednosti (Vasta i sur., 2005). Obitelj predstavlja dinamički sustav u kojem svaki pojedini član utječe na svakog drugog člana i tako se taj sustav s vremenom razvija (Garbarino i Abramowitz, 1992; prema Vasta i sur., 2005). Pojam obiteljskog sustava ističe da pojavom neke promjene unutar obitelji, poput rođenja novog djeteta, ta promjena utječe na cijelu obitelj (Minuchin, 1985; prema Vasta i sur., 2005).

Roditeljski se utjecaji, prema Brajša-Žganec (2003), dijele na direktne i indirektne. Ono po čemu se ti utjecaji razlikuju jest direktan ili indirektan način utjecaja roditelja na emocionalno ponašanje djeteta. Kada je u pitanju direktan utjecaj, tada su roditelji usmjereni na poboljšanje ponašanja djeteta i to pokušavaju ostvariti uvježbavanjem primjerenih načina izražavanja emocija. S druge strane, indirektni utjecaj vidljiv je kada dijete promatra način na koji roditelji izražavaju svoje emocije te to pokušavaju upamtiti i kasnije primijeniti (Eisenberg i sur., 1997a; prema Brajša-Žganec, 2003). Znanstveno je dokazano da su neka ponašanja roditelja veoma važna za emocionalno izražavanje djeteta, a odnose se na način na koji roditelji pokazuju svoje emocije te kako reagiraju na izražavanje emocija djeteta u emocionalnim situacijama (Denham i sur., 1994b; Denham i sur., 1997; Denham i sur., 2000; Eisenberg i sur., 1994; Roberts, 1999; prema Brajša-Žganec, 2003).

Kada roditelji izražavaju svoje emocije, ponekad nisu ni svjesni da to na indirektan način utječe na emocionalno izražavanje djeteta prema drugim osobama, a moguće je i da direktno utječe na djetetove osjećaje o sebi i drugima (Houck i Spegman, 1999; prema Brajša-Žganec, 2003). Pozitivne reakcije roditelja češće mogu imati pozitivan utjecaj; primjerice, velika je vjerojatnost da će djeca takvih roditelja biti emocionalno kompetentnija i da će i ona sama izražavati pozitivne emocije (Denham, 1997; prema Brajša-Žganec, 2003). S druge strane, djeca čije su majke sklonije izražavanju negativnih emocija poput ljutnje, pokazuju slabu razinu emocionalnog razumijevanja (Denham i sur., 1994b; prema Brajša-Žganec, 2003). Obitelj je veoma važna za dječji emocionalni razvoj jer „roditelji svojim ponašanjima i reakcijama uče

djecu kako i kada izražavati emocije, kako tumačiti tuđe emocionalno ponašanje te kako upravljati svojim emocijama da bi se primjereno ponašali“ (Denham i sur., 1994b; Denham i sur., 1997; Gottman i sur., 1996; 1997; Hooven i sur., 1995; Kahen i sur., 1994; Katz i Gottman, 1993; 1995; 1997; prema Brajša-Žganec, 2003, str. 31). Jedno istraživanje pokazalo je da su majke kažnjavale svoju djecu kada ona nisu mogla upravljati svojom pažnjom, ali ih nisu kažnjavale kada su primijetile da djeca imaju mogućnost reguliranja pažnje (Eisenberg i Fabes, 1995; prema Brajša-Žganec, 2003).

### **6.1. Stilovi roditeljstva**

Postoje dvije dimenzije roditeljstva koje su veoma bitne za razvoj djeteta, a to su roditeljska toplina i roditeljski nadzor (Maccoby i Martin, 1983; prema Vasta i sur., 2005). Roditeljsku toplinu karakterizira velika količina podrške, ljubavi i ohrabivanja koje roditelji pružaju svojoj djeci. Oni izbjegavaju negativna djelovanja poput neprijateljstva ili odbacivanja. Nadalje, roditeljski nadzor jest pojam koji opisuje kako roditelji nadziru dijete, discipliniraju ga i upravljaju njime (Vasta i sur., 2005). Kada se ove dvije dimenzije stave u kombinaciju, dolazi se do četiri opća stila roditeljstva, a za koje je poznato da postižu različite ishode kod djece (Baumrind, 1971; 1989; Dornbush i sur., 1985; MacDonald, 1992; prema Vasta i sur., 2005).

Autoritativni roditelji spoj su dimenzije topline i nadzora. Oni u velikoj mjeri brinu i skrbe o svojoj djeci te su osjetljivi prema njima, ali s druge strane ih i nadziru kako ne bi prelazili postavljene granice. Dakle, njihovo je ponašanje strogo u potrebnoj mjeri, ali puno ljubavi i razumijevanja (Brajša-Žganec, 2003). Autoritativni roditeljski stil najbolji je i najefikasniji u pogledu djetetova socijalno-emocionalnog razvoja. Djeca odgajana tim stilom roditeljstva su znatiželjna, imaju veliku količinu samopouzdanja, mogu bolje upravljati svojim emocijama, nezavisna su, a kasnije su dobri učenici i istraživači u svijetu (Vasta i sur., 2005).

Autoritarni roditelji pokazuju malu količinu topline prema djetetu te veliku količinu nadzora nad njima. Takve roditelje karakteriziraju osobine zahtjevnosti, uspostavljanja kontrole nad djetetom i odlučivanja umjesto njega; često prisiljavaju dijete na nešto što ne želi, a u suprotnom ga kažnjavaju. Ovaj odgojni stil nikako nije dobar i nema povoljan utjecaj na djecu. Djeca koju odgajaju roditelji autoritarnog stila često se i lako uzrujaju, agresivna su i često pokazuju probleme u ponašanju koji zapravo dolaze od kuće (Vasta i sur., 2005).

Popustljivi roditelji pružaju veliku količinu topline, ali malu ili nikakvu razinu nadzora, što opet nije dobro. Oni pokazuju veliku količinu ljubavi prema svojoj djeci te su isključivo emocionalno osjetljivi. Postavljaju jako mali nadzor u djetetovom ponašanju te prihvaćaju i ohrabruju svoju djecu bez obzira na postupke i ponašanje. Djeca odgajana od strane takvih roditelja su impulzivna, nekontrolirana i nezrela; nedostaje im struktura i predvidljivost u smislu socijalno-emocionalnog odgoja (Vasta i sur., 2005).

Nadalje, ravnodušnim roditeljima obje su dimenzije, toplina i nadzor, vrlo niske. U vrlo maloj količini posvećuju se svojoj djeci; ne pokazuju interes i zanimanje prema njima, kao ni emocionalnu podršku. Također, postavljaju vrlo malo ograničenja što se kasnije nepovoljno odražava, kako na njih, tako i na djecu. Djeca odgajana takvim stilom vrlo su neposlušna i zahtjevna; neprestano nailaze na probleme u igri, kao i u ostalim socijalnim interakcijama (Vasta i sur., 2005).

Što se tiče djece i roditelja, bitno je uspostaviti osjećaj sigurnosti i povjerenja u najranijim mjesecima života. Ako dijete neće razviti navedene osjećaje, javit će se osjećaj nesigurnosti koji vodi do nedostatka povjerenja u djetinjstvu, a to će se odraziti i u budućnosti kako će se dijete razvijati. Ključna uloga roditelja jest da djetetu osigura odnose i iskustva koji će mu pomoći da razvija samopouzdanje i povjerenje u druge ljude, ali i u samog sebe (Stokes Szanton, 2005).

## ***6.2. Majčina depresivnost i razvoj djeteta***

Djeca u ranom djetinjstvu uče oponašanjem koje je veoma bitno za njihov razvoj, stoga roditelji trebaju biti svjesni uloge koju primaju u odgoju djeteta. Roditelji bi trebali oslušivati i odgovarati na emocionalne potrebe djeteta jer u suprotnom oni pokazuju djetetu da im ono ne može vjerovati. U budućnosti će se to odraziti u ostalim socijalizacijskim vezama u kojima će dijete teško vjerovati drugima (Vučić i Ekić, 2015). Poznat je podatak da oko 8 do 10% žena nakon porođaja doživi kroničnu depresiju koju karakterizira osjećaj tuge, neugode i povučenosti te može trajati nekoliko tjedana ili čak mjeseci (Berk, 2015). Postavlja se pitanje kako se razvija dijete u depresivnoj okolini, točnije kako depresivna majka utječe na razvoj djeteta. Veoma je česta postporođajna depresija koja se javlja nakon rođenja djeteta kao produkt hormonskih promjena te je potrebno neko vrijeme da se majka tome prilagodi i stekne samopouzdanje u dječjoj skrbi.

Berk (2015) na primjeru jedne obitelji objašnjava majčinu depresivnost. Naime, tijekom trudnoće muškarac nije previše mario za ženu, nije joj posvećivao dovoljno pažnje, što je zabrinulo ženu i dovelo do misli, nakon poroda, je li uopće trebala roditi to dijete. Ona je postala veoma neraspoločena, anksiozna, plačljiva i iscrpljena. Bila je ljutita zbog svjesnosti da gubi kontrolu nad svojim osjećajima i postupcima. Nitko nije mario o djetetovoj majci, svi su mislili da pretjeruje te se taj nedostatak razumijevanja odrazio i na tek rođenom djetetu. Kod djeteta su se primjećivali vidljivi znakovi poput slabijeg spavanja i ignoriranja okoline.

Field (1998; prema Berk, 2015) tvrdi da su to karakteristike dojenčadi depresivnih majki te da ta djeca također imaju povišene razine kortizola, hormona stresa. Kako se djetetova majka nije često osmjehivala ni pričala s djetetom, što je u ranom djetinjstvu veoma potrebno, dijete je zadržavalo tužan i prazan pogled; plakalo je i pokazivalo agresivne ispade (Herrera, Reissland i Shepherd, 2004; Stanley, Murray i Stein, 2004; prema Berk, 2015).

S navršениh šest mjeseci, dijete je pokazivalo mentalne i emocionalne simptome karakteristične za djecu depresivnih majki. Dijete je bilo veoma razdražljivo, a imalo je i motoričkih poteškoća i poteškoća s privrženosti (Cornish i sur., 2005; McMahon i sur., 2006; prema Berk, 2015).

Nadalje, kako majčina depresivnost traje u nedogled, tako i odnos djeteta i majke postaje sve gori i gori. Depresivne majke svoje dijete vide vrlo negativno (Forman i sur., 2007; prema Berk, 2015) te im ponekad popuštaju, a ponekad su stroge čime zbunjuju samo dijete i njegova emocionalna stanja. Tada se često javljaju problemi prilagodbe te djeca i sama postaju depresivna, a neka oponašaju roditeljska ponašanja i tako postaju agresivna (Hay i sur., 2003; prema Berk, 2015). Veliku važnost daje i uvid u nalaz EEG-a moždanih valova kojim je prikazana smanjena aktivnost lijeve hemisfere te povećana aktivnost desne hemisfere. Prisjetimo se, lijeva hemisfera odgovorna je za pozitivna ponašanja, dok je desna hemisfera odgovorna za negativna ponašanja (Berk, 2015).

Roditelji trebaju biti svjesni djetetovih potreba i emocija te se uskladiti s njima jer ga u suprotnome ostavljaju bez potpore da upravlja svojim emocijama, a time ga prepuštaju samome sebi. Sukladno tome, depresivna majka ne može zadovoljiti djetetove potrebe i dijete neće doživljavati svoju majku, već će steći dojam da je nema. Kada majka tako zanemaruje djetetove potrebe, dolazi do toga da dijete teško prepoznaje svoje emocije i ponašanja te kako njima upravljati. Dijete kopira vrijednosti i ponašanja roditelja te se može očekivati da će se

transgeneracijskim prijenosom usvojiti neosjetljivost za zadovoljenje dječjih potreba njihove djece u budućnosti (Vučić i Ekić, 2015).



## 7. ZAKLJUČAK

Kako bi se dijete moglo razviti u emocionalno zdravu osobu, roditelji i odgajatelji trebali bi posjedovati znanja o emocionalnom razvoju djece. U početku djeca izražavaju emocije kako bi stupili u kontakt s majkom ili skrbnikom, a kasnije dolazi do socijalizacije emocija. Način na koji roditelji izražavaju svoje emocije, utječe na dječje izražavanje emocija jer okolina djetetu predstavlja modele za oponašanje i emocionalno izražavanje te učenje emocionalne samoregulacije. U izgradnji samoregulacije emocija, uz roditeljsku ulogu, veliku ulogu ima i temperament djeteta. Roditelji imaju glavnu ulogu kod razvoja djetetovih emocija jer su oni njihov najvažniji model i ovisno o njihovom ponašanju, njihovom stilu roditeljstva, djeca uče funkcionalno ili disfunkcionalno izražavati i regulirati emocije. Dijete u funkcionalnoj obitelji ne bi trebalo imati poteškoća s prepoznavanjem i imenovanjem emocija, a ako se pojavi depresivnost kod majke, bitno je reagirati. U suprotnom, majčina depresivnost nepovoljno će se odraziti na dijete. Važno je navedeno spriječiti kako bi djetetov emocionalni razvoj uredno tekao.

## LITERATURA

- Berk, L. E. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Naklada Slap.
- Berk, L. E. (2015). *Dječja razvojna psihologija*. Naklada Slap.
- Brajša-Žganec, A. (2003). *Dijete i obitelj, emocionalni i socijalni razvoj*. Naklada Slap.
- Camras, L.A. (1992). *Expressive development and basic emotions, Cognition and Emotion*.
- Goleman, D. (2013). *Emocionalna inteligencija*. Mozaik knjiga.
- Gopnik, A. (2011). *Beba filozof*. Algoritam.
- Gottman, J., DeClaire J. (2022). *Kako odgojiti emocionalno inteligentno dijete*. Harfa.
- Greenspan, S. (2004). *Razvoj zdravog uma: Šest iskustava koja potiču razvoj inteligencije i zdravih emocija u beba i male djece*. Ostvarenje.
- Kovačević, B., Ramadanović, E. (2016). Primarne emocije u hrvatskoj frazeologiji. *Rasprave: Časopis Instituta za hrvatski jezik i jezikoslovlje*, 42(2), 505–527. Preuzeto s: <https://hrcak.srce.hr/177791>
- Mušac, V. (2023). Izražavanje emocije sreće u hrvatskim i talijanskim frazemima. *Croatica et Slavica Iadertina*, 19(2), 513–535. Preuzeto s: <https://doi.org/10.15291/csi.4324>
- Oatley, K., Jenkins, J. (2003). *Razumijevanje emocija*. Naklada Slap.
- Pahić, T. (n. d.) *Emocionalni razvoj djece predškolske i osnovnoškolske dobi*. (rad u postupku objave).
- Rezić, L. (2006). Emocionalni razvoj djeteta - Kako pomoći djetetu da se snađe s onim što se događa u njemu i oko njega? *Dijete, vrtić, obitelj*, 12(45), 7–9. Preuzeto s: <https://hrcak.srce.hr/177722>
- Salovey, P., Sluyter, D. J. (1999). *Emocionalni razvoj i emocionalna inteligencija pedagoške implikacije*. EDUCA.
- Shapiro, L. (1998). *Kako razviti emocionalnu inteligenciju djeteta*. Mozaik knjiga.
- Slunjski E. (2013). *Kako djetetu pomoći da upozna svoje emocije*. Element.

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

Stokes Szanton, E. (2005). *Kurikulum za jaslice*. Pučko otvoreno učilište Korak po korak.

Vasta, R., Haith, M. M., Miller, S. A. (2005). *Dječja psihologija: moderna znanost*. Naklada Slap.

Vranjican, D., Prijatelj, K. i Kuculo, I. (2019). Čimbenici koji utječu na pozitivan socio-emocionalni razvoj djece. *Napredak*, 160(3–4), 319–338. Preuzeto s:

<https://hrcak.srce.hr/231177> .

Vučić, B. i Ekić, S. (2015). Utjecaj depresivnog roditelja na razvoj djeteta. *Journal of Applied Health Sciences = Časopis za primijenjene zdravstvene znanosti*, 1(2), 139–143. Preuzeto s:

<https://doi.org/10.24141/1/1/2/6> .

## **IZJAVA O IZVORNOSTI ZAVRŠNOG RADA**

Izjavljujem da je moj završni rad izvorni rezultat mojeg rada te da se u izradi istoga nisam koristila drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni.

---

(vlastoručni potpis studenta)