

Utjecaj emocija u nastavi primarnog obrazovanja

Gosarić, Doria

Master's thesis / Diplomski rad

2020

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:147:324645>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-12-31**

Repository / Repozitorij:

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



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE**

**DORIA GOSARIĆ
DIPLOMSKI RAD**

**ULOGA EMOCIJA U NASTAVI
PRIMARNOG OBRAZOVANJA**

Čakovec, lipanj 2020.

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE
(Čakovec)**

DIPLOMSKI RAD

Ime i prezime pristupnika: Doria Gosarić

**TEMA DIPLOMSKOG RADA: Uloga emocija u nastavi
primarnog obrazovanja**

MENTOR: doc.dr.sc., Tomislav Topolovčan

Čakovec, lipanj 2020.

Zahvala

Zahvaljujem svome mentoru profesoru doc.dr.sc. Tomislavu Topolovčanu na ukazanom povjerenju i na znanstvenim i stručnim savjetima te komentarima koji su mi pomogli u izradi ovog diplomskog rada.

Zahvaljujem i ravnateljima, učiteljima i roditeljima učenika na suradnji, a posebna zahvala učenicima koji su sudjelovali u istraživanju.

Također, zahvaljujem svim svojim prijateljima i kolegama koji su mi vrijeme studiranja učinili nezaboravnim iskustvom te su uvijek bili tu kad mi je trebala pomoć.

Na kraju, veliko hvala mojoj obitelji koja mi je omogućila studiranje, a posebno im zahvaljujem na pruženoj podršci, strpljenju i razumijevanju tijekom cijelog studiranja.

SADRŽAJ

SAŽETAK	1
SUMMARY	2
1. UVOD	3
2. EMOCIJE U ŠKOLSKOM OKRUŽENJU	5
2.1. Pojmovno određenje emocija	5
2.2. Osnovne emocije	5
2.3. Sekundarne i socijalne emocije	6
2.4. Pozitivne i negativne emocije.....	7
2.5. Posljedice pozitivnih i negativnih emocija.....	9
3. FUNKCIJA EMOCIJA U NASTAVNOM PROCESU.....	10
3.1. Emocije koje pozitivno djeluju na učenje	12
3.2. Emocije koje negativno djeluju na učenje.....	13
3.5. Emocije učitelja u nastavnom procesu	15
3.4. Okolinski čimbenici koji utječu na emocije	16
4. ULOGA EMOCIJA NA ŠKOLSKI USPJEH	16
5. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA	17
5.1. Dječje razumijevanje emocija	18
5.2. Upravljanje emocijama.....	19
6. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA	21
6.1. Cilj istraživanja.....	21
6.2. Uzorak ispitanika.....	21
6.3. Mjerni instrumenti	23
6.4. Postupak	23
6.5. Metode obrade podataka	23
7. REZULTATI I RASPRAVA ISTRAŽIVANJA.....	23

8. ZAKLJUČAK	35
LITERATURA.....	36
PRILOZI	38
Suglasnost za roditelje.....	38
Anketni upitnik.....	39
Popis tablica	41
Kratka biografska bilješka.....	42
Izjava o samostalnoj izradi rada.....	43

SAŽETAK

Tema je ovog diplomskog rada *Uloga emocija u nastavi primarnog obrazovanja*. Rad je podijeljen u dva dijela, teorijski dio i kvantitativno istraživanje. U teorijskom je dijelu ukratko prikazana važnost emocija u procesu odgoja i obrazovanja. Pojam *emocija* nema općeprihvaćenu definiciju i općenito ga je teško definirati.

Cilj je istraživanja bio ispitati ulogu i značaj emocija i emocionalnih stanja na koncentraciju učenika i učenica u nastavnom procesu. Na uzorku od 112 ispitanika četvrtih razreda osnovne škole primijenjen je anketni upitnik kojim su se ispitala emocionalna stanja učenika i uloga emocija u koncentraciji i učenju tijekom nastavnog procesa s obzirom na spol učenika. Anketni je upitnik bio anonimn i ispitanici su u bilo kojem trenutku mogli odustati od istraživanja pri čemu se čuva učenikov integritet i dostojanstvo. Rezultati istraživanja analizirani su pomoću programa SPSS Statistic 2.0.0. Dobiveni rezultati pokazali su da je ženski spol emocionalno osjetljiviji od muškog spola isto kao što je i muški spol ravnodušniji u situacijama kao što su dobivanje loše ili odlične ocjene te procjeni i prepoznavanju tuđih emocija. Vidljivo je kako je samo dio učenika stekao emocionalnu kompetentnost izražavanja i uočavanja vlastitih emocija.

Ključne riječi: emocije, učenici, nastavni proces, emocionalna kompetentnost

SUMMARY

The role of emotions in primary education teaching

Topic of this master's thesis is *The role of emotions in primary education teaching*. This paper is divided into two parts, first being the theory and second being the quantitative research. The importance of emotions in education is briefly presented in the theoretical part. The term 'emotions' does not have generally accepted definition and is difficult to describe.

The goal of the research was to examine the role and significance of emotions and emotional states on students' concentration during the teaching process. On a sample of 112 examinees from the fourth grade of primary school, a survey questionnaire was used to examine students' emotional states and the role of emotions on concentration and studying during the teaching process with regard to students' gender. In order to preserve students' dignity and integrity, survey questionnaire was anonymous and examinees could give up the research at any time. The results of research were analyzed using the SPSS Statistic 2.0.0. programme. The results obtained showed that female gender is more emotionally sensitive than the male gender as well as the male gender is more indifferent in situations like getting a bad or excellent grade and in assessing and recognizing other people's emotions. It is also indicated that only small proportion of students acquired emotional competence of expressing and perceiving their own emotions.

Key words: emotions, students, teaching process, emotional competence

1. UVOD

U povijesti, istraživači nisu pridavali veliki značaj emocijama koje su učenici doživljavali tijekom nastavnog procesa. No, u današnje se vrijeme, u odgojno - obrazovnim ustanovama, sve veća važnost pridaje emocijama koje učenici doživljavaju za vrijeme odgojno-obrazovnog procesa. Emocije utječu na učenikov osobni rast i razvoj, zdravlje, ali i na njihov uspjeh u školi, učenje, koncentraciju, motivaciju, komunikaciju s drugima itd. Emocijama se danas bave mnoge znanstvene discipline, kao što su psihologija, sociologija, neurologija i mnoge druge. Mnogi autori navode kako je emocije teško definirati te smatraju kako je svaka dana definicija emocija točna jer se radi o osobnom doživljavanju, shvaćanju i opažanju vlastitih emocionalnih stanja. Autori Oatley i Jenkins (2003) definiraju da se emocija „obično doživljava kao poseban tip duševnog stanja, koje katkad prate ili za njima slijede tjelesne promjene, izrazi i postupci“ (Oatley & Jenkins, 2003, str. 96). Tjelesne i fiziološke promjene koje prate različita emocionalna stanja su suze, facijalne ekspresije, drhtavica, znojenje dlanova, ubrzani rad srca i dr. Važno je napomenuti da se emocije dijele na primarne, odnosno, osnovne te na sekundarne emocije.

U nastavnom procesu potrebno je razvijati pozitivnu razrednu klimu i pozitivne te ugodne emocije, kako bi učenje i poučavanje bilo ugodno iskustvo i za učenike, ali i za učitelje. Danas se to u razredima, ali i općenito u školskom okruženju postiže uz pomoć raznih programa, tehnika i načina rada te uz profesionalnu suradnju učitelja i stručnih suradnika. Pozitivne emocije potpomažu učenicima u njihovoj prilagodbi u školskom okruženju, kognitivnoj prilagodljivosti dok kod učitelja utječu na njihovo profesionalno zadovoljstvo jer je općepoznato kako je učiteljska struka emotivno jako složena i zahtjevna. Učenici se tijekom odrastanja, ali i tijekom nastavnog procesa uče samoregulaciji vlastitih emocija kako bi povećali pozitivne i, sukladno tome, smanjili negativne emocije.

U ovom će radu biti opisane primarne i sekundarne emocije kao i emocije koje na učenje djeluju na pozitivan i negativan način. Također, bit će obuhvaćene i emocije koje učitelji doživljavaju tijekom nastavnog procesa, a spomenut će se i elementi koji izvana djeluju na emocije i emocionalna stanja pojedinca. Osvrnut ćemo se na emocije koje djeluju na učenikovo postignuće kao i na pojam emocionalne inteligencije koja je povezana s uspjehom pojedinca na poslu, općeg

zadovoljstva pojedinca kao i učenika u školi. Bavit ćemo se i dječjim znanjem i razumijevanjem emocija te načinom upravljanja istih. Uz teorijski dio, provedeno je istraživanje kojemu je bio cilj ispitati učenike četvrtih razreda osnovne škole u kojoj mjeri emocije utječu na njihovu koncentraciju te koja sva emocionalna stanja doživljavaju prilikom nastavnog procesa s obzirom na spol učenika. U svrhu istraživanja provedena je anonimna anketa na 112 učenika te će u nastavku biti prikazani rezultati provedenog anketnog upitnika.

2. EMOCIJE U ŠKOLSKOM OKRUŽENJU

2.1. Pojmovno određenje emocija

Na čovjekov interpersonalni doživljaj ponekih situacija i događaja kao i na njegovo mentalno stanje utječu emocije (Pavlović, 2011). Sama riječ “emocija“ dolazi od latinske riječi *movere* koja se prevodi kao “pokrenuti se“. Emocije utječu na čovjeka iznutra, pokreću ga, te se izvana očituju njegovim ponašanjem, reakcijama i raznim tjelesnim promjenama (Chabot & Chabot, 2009). One ne dolaze najednom, već su uzrokovane pojedinim svjesnim i nesvjesnim događajima iz čega proizlazi čovjekovo djelovanje, izražavanje, odnosno, njegove fiziološke promjene (Oatley & Jenkins, 2003). Može se reći kako naš proces socijalizacije uvelike ovisi o kontroli, iskazivanju i doživljavanju emocija nas samih, ali i drugih pojedinaca (Salovey & Sluyter, 1999).

2.2. Osnovne emocije

Primarne, odnosno, osnovne emocije su nesvjesne, jednostavne i urođene, a ne stečene i naučene nekim iskustvom. Psiholog, Paul Ekman, proučavajući različite kulture, religije i običaje, sedamdesetih je godina iznio podjelu šest primarnih emocija: sreća, tuga, ljutnja, strah, iznenađenje i gađenje. Ekman navodi kako se za svaku primarnu emociju vežu i facijalne ekspresije koje se očituju kao različiti položaji i pokreti mišića lica sukladno sa čovjekovim emocionalnim stanjem. Također navodi kako te facijalne ekspresije ne proizlaze iz pojedine kulture nego su one univerzalne i biološke za sve kulture (Kovačević & Ramadanović, 2016).

„Zajednička su obilježja primarnih emocija, osim facijalne ekspresije, ova: rano se javljaju tijekom individualnog razvoja, zajedničke su ljudima i višim primatima, brzo nastaju i kratko traju, imaju univerzalni prethodni položaj te univerzalnu i jasnu reakciju na događaje koji su izvan vlastite kontrole (kulturološki su univerzalne te imaju specifičnu fiziološku osnovu)“ (Kovačević & Ramadanović, 2016, str. 507 i 508).

Svaka se primarna emocija javlja nakon njenog okidača što na kraju rezultira određenim ponašanjem. Prilikom prijetnje, kao okidača, javlja se emocija strah koji završava ponašanjem bijega. Ljutnja je izazvana preprekom, koja rezultira napadom radi uklanjanja nezadovoljstva koje se javlja u nemogućnosti postizanja željenih ciljeva. Emocija tuge javlja se nakon gubitka i završava povlačenjem. Odbojne situacije ili stvari dovode do emocije gađenja što na kraju uzrokuje odbacivanje.

Neočekivane situacije dovode do emocije iznenađenja koje rezultira usmjeravanjem čovjeka na određenu situaciju. Emocija veselja izazvana je nekom poželjnom situacijom iz koje proizlazi ponašanje približavanja (Chabot & Chabot, 2009).

2.3. Sekundarne i socijalne emocije

Sekundarne i socijalne emocije proizlaze iz primarnih emocija. Te emocije učimo kroz različite životne okolnosti i događaje te ih stoga nazivamo naučenim emocijama. Tako iz primarne, odnosno, osnovne emocije straha potječu tjeskoba, plašljivost, krivnja, neodlučnost, zbunjenost, ljubomora, nesigurnost, koje se ubrajaju u sekundarne i socijalne emocije. Iz primarne emocije ljutnje potječe ogorčenost, bijes, neprijateljstvo, frustriranost, i razdražljivost. Tuga uzrokuje žalost, ranjivost, pokajanje, posramljenost, dezorijentiranost, povrijeđenost, sjetnost, odbačenost i dr. Iz gađenja proizlazi uzrujanost, preplašenost, odbojnost, poniženost, razdražljivost. Iznenađenje uzrokuje začuđenost, nestrpljivost, uznemirenost, impresioniranost, nesigurnost dok iz veselja potječe zadovoljstvo, oduševljenje, euforičnost, sreća, veselje, zaljubljenost, optimističnost, sigurnost, srdačnost. U tablici 1. navedeni su okidači, emocije i ponašanja vezani uz primarne emocije te su uz njih dodani okidači, emocije i ponašanja vezani uz sekundarne i socijalne emocije koje su naučene. Kroz tablicu se može primijetiti kako je samo jedna od svih primarnih emocija povezana s radošću i pozitivnošću, a to je emocija veselja. (Chabot & Chabot, 2009)

Tablica 1. Sekundarne i socijalne emocije u školi (Izvor: Chabot i Chabot, 2009, str. 41.)

Okidači	Emocije	Ponašanja
Nelagoda u školskom sustavu (prijetnja)	Nesigurnost (strah)	Napuštanje (bijeg)
Teškoće u nekom predmetu (prepreka)	Frustracija (ljutnja)	Kritika sustava (napad)
Neuspjeh (gubitak)	Prevarenost (tuga)	Nemotiviranost (povlačenje)
Prigovor i prezir (averzivna situacija)	Poniženje (gađenje)	Udaljavanje (odbacivanje)
Neočekivan rezultat (neočekivanost)	Začuđenost (iznenađenost)	Razdraženost (usmjeravanje)

Uspjeh i poticanje (poželjna situacija)	Entuzijazam (veselje)	Motiviranost, zanimanje (približavanje)
--	-----------------------	--

2.4. Pozitivne i negativne emocije

„Emocija se osjeća kao pozitivna kad se cilj ostvaruje, a kao negativna kad je ostvarivanje cilja zapriječeno“ (Oatley & Jenkins, 2003, str. 96).

Sreću, kao pozitivnu emociju, prepoznamo već u ranom djetinjstvu. Ona se najlakše prepoznaje po facijalnoj ekspresiji kod koje su usne zakrivljene prema gore u veliki i široki osmijeh, a pokraj očiju nastaju bore zbog zatezanja mišića lica. Tuga, kao negativna emocija i sreća, kao pozitivna emocija, imaju zajedničku fiziološku pojavu, a to su suze. Suze se, kod osjećaja sreće, pojavljuju kao rezultat dostizanja najvećeg stupnja emocije sreće (Kovačević & Ramadanović, 2016).

Sreća „označuje ugodno emocionalno stanje koje se često povezuje uz osjećaj slobode, zadovoljstva, sigurnosti, unutarnjega mira, a može se javiti iz različitih razloga (npr. zbog ostvarenja nečega što smo jako željeli ili planirali, zbog dobrog odnosa neke osobe prema nama i sl.)“ (Kovačević & Ramadanović, 2016, str. 509).

Mnoga istraživanja dokazuju kako sreća pozitivno utječe na čovjekovo zdravlje, njegovu produktivnost i uspjeh kao i na učinkovitije učenje i poučavanje (Rijavec, 2015). Isto tako, raspoloženi smo drugima pružiti pomoć te komunicirati i surađivati s njima (Oatley & Jenkins, 2003). Razina čovjekove sreće utvrđuje se pomoću tri čimbenika. Prvi od njih je genetski koji čini 50% individualnih razlika sreće čovjeka, drugi čimbenik su životne okolnosti koje čine 10%, a treći čimbenik čine samosvjesne aktivnosti koje čovjek radi i obavlja te na njih otpada preostalih 40%. Čovjek ne može u potpunosti kontrolirati sreću, neke životne okolnosti i događaje. Ipak na promjenjive životne faktore može pozitivno utjecati i to pomoću širenja pozitivnog i optimističnog mišljenja (Rijavec, 2015). Optimistične osobe gledaju na događaje pozitivno i sa svjetlije strane. Oni sami sebe smatraju odgovornima za pozitivne i povoljne rezultate. Budući da su djeca sklona oponašanju, Živković Ž. preporučuje razvijanje i poticanje pozitivnog načina razmišljanja kod roditelja i učitelja. Navodi kako i način kritiziranja djeteta od velike važnosti određuje hoće li se kod djeteta razviti optimistično ili pesimistično ponašanje. Ton kojim djetetu izričemo primjedbu mora biti optimističan i djetetu uvijek treba objasniti njegovu pogrešku te mu napomenuti kako postoji način za

ispravljanje te pogreške. Ne samo jer optimistične misli pozitivno djeluju na imunološki sustav, već i zato jer sretna i optimistična djeca pokazuju veći uspjeh u školi i izvan nje. Sretna djeca prilikom svog neuspjeha nastoje popraviti situaciju daljnjim radom i učenjem, nadajući se uspjehu, a da pritom ne okrivljavaju sebe ili druge za negativan rezultat (Živković, 2004).

Emocija iznenađenja je emocija koja se može pretvoriti u sreću, ljutnju, strah, gađenje. Hoće li ta emocija prijeći u jednu od navedenih emocija, ovisi o tome što nas je iznenadilo. Kovačević B., i Ramadanović E. navode kako je emocija iznenađenja najkraća, a prema facijalnoj ekspresiji, pojedincu je teško dokučiti radi li se o emociji straha ili iznenađenja jer njihove ekspresije lica jako nalikuju jedna na drugu (Kovačević & Ramadanović, 2016).

Tuga, kao negativna emocija, suprotna je emociji sreće. Odnosi se na događaje iz prošlosti i prepoznatljiva je prema facijalnoj ekspresiji pri kojoj su usne zakrivljene prema dolje, čelo je naborano te su spuštene očni kapci. Osobe koje su tužne su bezvoljne, usporene, blijede i tihe (Kovačević & Ramadanović, 2016). Tuga uzrokuje žalost, depresiju, kajanje kao i grižnju savjesti (Oatley & Jenkins, 2003). Fiziološka pojava koja se javlja i kod osjećaja sreće i kod osjećaja tuge, su suze, odnosno plač (Kovačević & Ramadanović, 2016).

„Ljutnja je emocija našeg dokazivanja u dominaciji“ (Oatley & Jenkins, 2003, str. 264). Ona se kao negativna emocija očituje negodovanjem i neslaganjem prema nekim ponašanjima, događajima, osobama, ali i prema samome sebi. Osjećaj ljutnje razlikuje se i suprotan je osjećaju straha zbog napetih mišića u tijelu, brže cirkulacije krvi u tijelu itd. Za razliku od straha, ljutnja i sreća su fiziološki slične zbog pojačane cirkulacije u tijelu, znojenja, osjećaja topline i crvenila lica, no njihove facijalne ekspresije jasno se razlikuju (Kovačević & Ramadanović, 2016). Ljutnja potiče i agresiju prema drugim osobama te nerijetko dovodi i do svađa istih osoba (Oatley & Jenkins, 2003).

Emocija se straha, prema mišljenju mnogih psihologa, svrstava u jednu od najjačih emocija. Javlja se prilikom suočavanja s opasnošću i očituje se drhtanjem, lupanjem srca, znojenjem dlanova i ostalih dijelova tijela. Često se prilikom osjećaja straha javlja nesаница i problem s koncentracijom. Strah je jak i neugodan osjećaj kod kojeg

osoba može zanijemiti, odnosno izgubiti sposobnost govora pa čak i kretanja. Facijalna se ekspresija straha često mijenja facijalnom ekspresijom iznenađenja.

Gađenje je negativna emocija koju prepoznajemo tipičnim i karakterističnim izrazom lica često popraćenim povraćanjem i mučninom. Gađenje rezultira ponašanjem odbacivanja čime se organizam štiti od raznih neželjenih supstanci (Kovačević & Ramadanović, 2016). Emocija se gađenja kod ljudi javlja prilikom susretanja s određenim mirisima i okusima, ali i vlastitim predodžbama o nekim objektima (Oatley & Jenkins, 2003).

2.5. Posljedice pozitivnih i negativnih emocija

Ljudi koji su sretni i dobro raspoloženi, bolje misle, kreativniji su, otvoreniji te lakše i brže rješavaju probleme. Pozitivne emocije na čovjeka utječu na način da povećavaju njegovu kognitivnu prilagodljivost i uvelike olakšavaju shvaćanje i učenje iz vlastitih pogrešaka. Kad smo dobro raspoloženi, skloniji smo prihvatiti umjereni rizik jer osjećamo kako možemo i kako smo dorasli nositi se s novim izazovima i rizicima. No, u takvom ćemo se raspoloženju rijetko kad izlagati opasnim rizicima. Brojna istraživanja ukazuju da pozitivne emocije, kao što su društvenost, optimizam, originalnost, altruizam, često vode pojedinca ka uspjehu. Navode kako se i način razmišljanja razlikuje kod pozitivnih i negativnih osoba. Negativne, loše raspoložene, osobe vrlo su kritične prema drugima i usmjerene su samo na ono što je loše i žele “pobijediti“ to loše. S druge su strane pozitivne osobe tolerantnije, konstruktivnije i usredotočene na ono što je dobro, stoga nisu podložne svađama i borbi s drugima. Sretniji su ljudi i altruistični. Dokaz tome je istraživanje koje je 1970. godine provela Alice Isen. Istraživanjem je dokazano kako su ljudi, koji su u telefonskoj govornici pronašli novčić, bili raspoloženiji i spremniji pomoći drugim ljudima za razliku od onih koji taj novčić nisu pronašli. Može se reći kako nas sreća i dobro raspoloženje usmjeravaju na pomoć drugima te smo voljni svoju sreću podijeliti s drugima. Međutim, kad smo nerasploženi i loše volje, usmjereni smo samo na sebe i na svoje potrebe i postajemo nepovjerljivi, sumnjičaviji i neprijateljski raspoloženi prema drugima. Također su, Cohen i suradnici, 2003. godine, istraživanjem ukazali na povezanost pozitivnih emocija i zdravlja. Naime, ispitanici su bili zaraženi virusom prehlade. Pokazalo se kako su oni koji su bili skloniji negativnim emocijama, češće oboljevali od prehlade za razliku od onih koji

su bili skloniji pozitivnim emocijama. Ukoliko su i oni koji su bili više usmjereni pozitivnim emocijama dobili prehladu, iskazivali su lakše simptome prehlade u odnosu na ove druge i manje su se žalili na njih (Miljković & Rijavec, 2009).

3.FUNKCIJA EMOCIJA U NASTAVNOM PROCESU

Osnovna zadaća svakog školskog sustava je kvalitetno odrastanje mladih osoba i razvitak njihovog prosocijalnog ponašanja. Za bolji razvitak njihovog prosocijalnog ponašanja, između ostalog, važna je i kontrola emocija (Brebrić, 2008). Pozitivne i negativne emocije prisutne u nastavi nazivaju se emocionalnom klimom koja u skladu s emocijama može biti ugodna ili neugodna (Bognar & Dubovicki, 2012). Za vrijeme ispita, na nastavi te općenito u razrednom i školskom okruženju, učenici doživljavaju spoj različitih emocija. Emocije tako djeluju na učenikov odnos i komunikaciju s ostalim učenicima u razredu kao i na njegov odnos s učiteljem/učiteljicom. Emocije utječu i na učenikovu motivaciju i koncentraciju u nastavnom procesu, njegovo postignuće, zdravlje te na sam razvoj njegove osobnosti. Autorica Brebrić (2008) navodi kako je osnovnoškolska dob najpogodnija za razvijanje i izražavanje agresivnosti te se u toj dobi preporučuju različiti intervencijski programi vezani za suzbijanje agresivnog ponašanja (Brebrić, 2008). Mnoga istraživanja, kao i primjeri iz prakse, navode kako učenici pokazuju manje problematično ponašanje i bolji školski uspjeh ukoliko se u školama organiziraju različite aktivnosti i edukacije koje su usmjerene na emocionalne i socijalne potrebe učenika (Munjas Samarin & Takšić, 2009).

Reinhard Pekrun (2006) uvodi pojam *akademske emocije*. Taj se pojam odnosi na emocije koje učenici doživljavaju prilikom procesa učenja i poučavanja (Burić, 2008). „Akademske emocije definirane su kao emocije usko vezane uz aktivnosti ili ishode postignuća“ (Burić, 2008, str. 80). Stoga, Pekrun, akademske emocije razlikuje po usmjerenosti, vremenskoj dimenziji, aktivaciji, valenciji i trajnosti. Emocije po usmjerenosti dijeli na emocije vezane uz aktivnosti i emocije vezane uz ishod. Emocije vezane uz aktivnosti su one emocije koje se javljaju tijekom nastavnog procesa i tijekom učenja, kao npr. uživanje u nastavi, dosada prilikom učenja, frustracija i nezadovoljstvo prilikom suočavanja s teškim zadatkom. Emocije vezane uz ishod tiču se i povezane su s aktivnošću učenja, točnije, to su emocije koje učenik doživljava prije, za vrijeme i nakon polaganja ispita. Takve emocije dijelimo

po njihovoj vremenskoj dimenziji na prospektivne, odnosno, anticipatorne i na retrospektivne emocije. Prospektivne ili anticipatorne emocije uključuju nadanje uspjehu i potištenost od mogućeg neuspjeha dok retrospektivne emocije uključuju uživanje u uspjehu, ponos, zahvalnost i tugu nakon neuspjeha. Akademske se emocije po aktivaciji dijele na aktivirajuće i deaktivirajuće emocije. Uživanje u učenju ubraja se u aktivirajuće emocije dok se u deaktivirajuće emocije svrstava bespomoćnost. Po kriteriju valencije razlikujemo pozitivne i negativne emocije. Ponos kao pozitivna emocija i ljutnja kao negativna. Prema trajnosti emocije dijelimo na emocije kao stanje te emocije kao crte. Emocije kao stanje uključuju trenutno iskustvo u jedinstvenoj situaciji i vremenskoj točki dok emocije kao crte uključuju iskustva koja učenik karakteristično doživljava tijekom određenih aktivnosti ili ishoda postignuća (Burić, 2008; Kolak & Majcen, 2011).

Osim akademskih emocija, u procesu učenja i poučavanja pojavljuju se emocije vezane uz interakciju između učitelja i učenika, razrednog ozračja, emocionalnog stanja i ponašanje pojedinog učenika. Akademske su emocije najviše usredotočene na kognitivni aspekt jer se odnose na emocije koje su usko povezane s emocijama koje se pojavljuju prije, tijekom i nakon pisanja ispita. (Kolak & Majcen, 2011). „Emocije su uključene u gotovo svaki aspekt procesa poučavanja i učenja te je stoga razumijevanje prirode emocija unutar školskog konteksta ključno“ (Kolak & Majcen, 2011, str. 343).

Na učeničko ponašanje i na socijalnu interakciju utječu emocije. Prema Zhou, Main i Wang (2010) djeca koja su manje sklona ljutnji i koja svoje emocije znaju i mogu regulirati, imaju bolje komunikacijske i socijalne vještine te ujedno i bolje školsko postignuće (Penić, 2019). U povijesti se smatralo kako su emocije smetnja u učenju i poučavanju i uvijek ih se povezivalo s poteškoćama u ponašanju i učenju. Razvojem neuroznanosti razvila su se i otkrića koja upućuju na ulogu emocija koja je presudna u procesu mišljenja, učenja i pamćenja. Kako emocije utječu na već spomenuto mišljenje, učenje i poučavanje te na ono što se općenito odvija u školi, isto tako na same emocije utječe i individualni odnos pojedinca prema različitim predmetnim sadržajima uključujući i odnos prema učiteljima, roditeljima i prijateljima kao i učenikov doživljaj škole i samog nastavnog procesa. Stoga možemo zaključiti kako postoji kružna povezanost emocija i samog nastavnog procesa (Kolak & Majcen, 2011). Učenici bi u samom procesu učenja trebali steći emocionalnu kompetentnost

koja uključuje sposobnosti uočavanja, izražavanja, identificiranja, regulacije vlastitih i razumijevanja tuđih emocija (Penić, 2019).

Burić (2008) navodi kako razlikujemo četiri skupine emocije učenika, a to su: pozitivne aktivirajuće, pozitivne deaktivirajuće, negativne aktivirajuće i negativne deaktivirajuće (Burić, 2008).

3.1. Emocije koje pozitivno djeluju na učenje

U nastavnom procesu odvija se mnogo događaja koji su povod za razne pozitivne i negativne emocije pojedinca koje uzrokuju određena pozitivna ili negativna ponašanja. Događaji koji uzrokuju razne emocije su uspjeh i neuspjeh na ispitu, prigovori i pohvale učitelja/učiteljice, vršnjačko i obiteljsko vrednovanje učenja, neočekivani rezultati, odnos s drugim učenicima, postignuća u nekom predmetu itd. Pozitivne emocije, učenika, ohrabruju i potiču motivaciju i daljnje zanimanje za rad, uzrokuju kod njega pojavu veselja i optimizma te volju za daljnjim uspjehom. Veselje, radost, oduševljenje i radoznalost, proces učenja čine uspješnijim i zanimljivijim (Kolak & Majcen, 2011). Pozitivne emocije poboljšavaju korištenje kreativnih strategija učenja, pospješuju kritičko mišljenje, organizaciju i elaboraciju. Samoregulacija učenja isto je tako povezana s pozitivnim emocijama. Ona se očituje kao učenikovo samostalno planiranje, postavljanje ciljeva učenja, evaluacija te prilagodba strategija učenja (Burić, 2008).

Alice Isen je 2002. godine provela istraživanje u kojem je djecu podijelila u dvije skupine. Jedna je skupina djece dobila uputu prisjetiti se najsretnijeg događaja u životu kako bi se kod njih potaknulo sretno i dobro raspoloženje. Druga je skupina dobila običnu uputu koja kod njih nije izazivala osjećaj sreće. Zatim su sva djeca dobila zadatak u kojem su morala naučiti geometrijske oblike. Rezultati su pokazali kako su djeca iz prve skupine, koja su bila u sretnom raspoloženju, imala bolje rezultate od djece iz druge skupine (Miljković & Rijavec, 2009).

Prema Burić (2008), prve, od četiri skupine emocija učenika su aktivirajuće pozitivne emocije. U njih ubrajamo učenikovo uživanje u učenju, ponos i nadu koji jačaju njegovu vanjsku i unutarnju motivaciju te su u suodnosu s učeničkim postignućem. U drugu se skupinu emocija učenika ubrajaju deaktivirajuće pozitivne emocije u koje svrstavamo olakšanje (Burić, 2008).

Uloga pozitivnih emocija nije tako jasna kao što je jasna uloga i funkcija negativnih emocija poput adaptacije, zaštite i preživljavanja. Američka je psihologinja Barbara L. Fredrickson svojom teorijom "proširenja i izgradnje" nastojala otkriti ulogu pozitivnih emocija. Prema *teoriji proširenja i izgradnje* pozitivne emocije imaju četiri funkcije. Prva im je funkcija proširenje našeg raspona mišljenja i ponašanja na način da nam pozitivne emocije ukazuju na sigurnost te smo više skloni razmišljati o različitim opcijama koje nam stoje na raspolaganju. U skladu s tim naše razmišljanje je kreativnije i usredotočeni smo na rješavanje problema. Druga je funkcija pozitivnih emocija izgrađivanje psihološkog raspona za budućnost u kojem pomoću pozitivnih emocija stvaramo i razvijamo osobine koje će nam biti od velike koristi u budućnosti i to u obliku crta osobnosti, društvenih veza i sposobnosti. Treća im je funkcija poništavanje štetnih učinaka negativnih emocija u kojem pozitivne emocije ubrzavaju oporavak od negativnih emocija ili čak mogu poništiti popratne fiziološke pojave negativnih emocija i vratiti tijelo u stanje kakvo je bilo prije utjecaja negativnih emocija. Četvrta funkcija pozitivnih emocija je izazivanje uzlazne razvojne spirale pomoću koje je pojedinac doveden do osobnog rasta i razvitka i do emocionalne dobrobiti. Uzlazna spirala smatra se procesom u kojem se pojedinac mijenja i trajno izgrađuje svoje resurse pomoću pozitivnih emocija (Miljković & Rijavec, 2009).

U psihologiji je utvrđeno da je „loše jače od dobrog“. U skladu s tim, negativne emocije imaju veći utjecaj na učenike u odnosu na pozitivne emocije. Stoga, pozitivne emocije trebamo više razvijati i uključivati ih u nastavni proces, one moraju biti zastupljenije od negativnih. Što bi značilo da bi najpovoljniji omjer između pozitivnih i negativnih emocija u nastavnom procesu trebao biti 3:1, odnosno, na svaku negativnu reakciju učitelja, kritiku, trebaju doći najmanje četiri pohvale. U razredu je nužno stvoriti ugodno i učenicima zanimljivo ozračje u kojem prevladavaju pozitivne emocije, kako bi učenici bili što kreativniji i uspješniji u svom radu, a ono što nauče u takvom razrednom ozračju bit će trajnije sačuvano u njihovo dugoročno pamćenje (Miljković & Rijavec, 2009).

3.2. Emocije koje negativno djeluju na učenje

Negativne nas emocije dovode do ponašanja u kojem se usmjeravamo samo na izbjegavanje opasnosti, stoga, ukoliko ne volimo ići u školu, naše su misli

fokusirane samo na to kako zaobići školu i školske obaveze (Miljković & Rijavec, 2009). Također, negativne emocije izazivaju kod pojedinaca osjećaj tuge te dolazi do daljnje nemotiviranosti za rad (Kolak & Majcen, 2011).

Prema Burić (2008), treću skupinu emocija kod učenika čine negativne aktivirajuće emocije. U njih ubrajamo ljutnju, sram i anksioznost te one imaju dvojak ulogu u učenikovoj motivaciji. Tako npr. anksioznost negativno djeluje na učenikovu unutarnju motivaciju dok s druge strane pozitivno djeluje na njegovu vanjsku motivaciju u kojoj učenik ulaže puno veći trud kako bi spriječio ponovni neuspjeh. Četvrtu skupinu emocija učenika čine negativne deaktivirajuće emocije te u njih ubrajamo dosadu i bespomoćnost koje kod učenika slabe vanjsku i unutarnju motivaciju (Burić, 2008).

Izreka kaže kako je “batina izašla iz raja“, no batinom kod učenika možemo izazvati samo osjećaj straha (Miljković & Rijavec, 2009) koji je negativna emocija koja usporava i koči učenje. Mi kao učitelji, moramo s učenicima graditi odnos pun povjerenja, potpore i jednakopravnosti te izgraditi kod učenika osjećaj sigurnosti kako bi se on osjećao ugodno i kako bi bez straha mogao sudjelovati u nastavnom procesu (Kolak & Majcen, 2011).

Osjećaj ugroženosti još je jedna emocija koja negativno djeluje na samog učenika, ali i na sam proces učenja. Učenici se često osjećaju ugroženima prilikom usmenog ispitivanja ili općenito prilikom testiranja ili pisanja nekog ispita znanja. Pritom se blokiraju njihove kognitivne funkcije, odnosno, učenici počinju razmišljati o tome kako spriječiti negativne posljedice umjesto da se koncentriraju na zadano pitanje tj. zadatak. To rezultira odustajanjem, prepisivanjem, varanjem ili markiranjem sa sata (Miljković & Rijavec, 2009).

Ocjenjivanje je još jedan od primarnih čimbenika u nastavnom procesu koji uzrokuje negativne emocije kod učenika. Kod učenika se prilikom ocjenjivanja javlja osjećaj straha od istoga kao i osjećaj straha od roditelja nakon dobivanja loše ocjene. Kod učenika sa slabijim intelektualnim mogućnostima, ocjenjivanje čak može biti izvor traumatskih iskustava (Bognar & Dubovicki, 2012).

3.5. Emocije učitelja u nastavnom procesu

Učiteljska struka poznata je kao jedna od emocionalno najzahtjevnijih struka. Prilikom nastavnog procesa učitelji doživljavaju razne emocije koje utječu na njihovo zadovoljstvo na poslu, sagorijevanje na poslu, na opće dobro samog učitelja te na njegov ostanak u učiteljskoj struci. Tijekom procesa poučavanja učitelji doživljavaju mnoštvo pozitivnih i negativnih emocija (ljubav, radost, zadovoljstvo, ljutnju, frustraciju, bespomoćnost). Pozitivne se emocije, kod učitelja, javljaju prilikom prihvaćanja i poštivanja od strane roditelja učenika, prilikom obavljanja svih zadataka te prilikom dobrog odnosa sa svojim radnim kolegama (Macuka, Burić, & Batur, 2015). Svojim entuzijazmom za rad i za ono što se poučava, učitelj može uvelike utjecati i prenijeti taj pozitivan osjećaj na svoje učenike. Ukoliko učenici vide svog učitelja ili učiteljicu kako sa zanosom i oduševljenjem poučavaju neki nastavni sadržaj i oni će sa istim entuzijazmom taj sadržaj htjeti naučiti (Miljković & Rijavec, 2009).

Negativne se emocije, kod učitelja, javljaju prilikom nediscipline u razredu, pojave nepoželjnih odnosa s kolegama, nepoštivanjem i neodgovornim ponašanjem od strane roditelja, neprikladnim i nepristojnim ponašanjem od strane učenika, lošim učeničkim postignućima, prevelikom brojem učenika u razredu te čestim reformama obrazovnog sustava. Emocionalni napor, također je jedan konstrukt kojeg doživljavaju učitelji u svom poslu. Autorice Macuka, Burić i Batur, emocionalni napor, definiraju kao „upravljanje emocijama s ciljem da iskazane emocije budu u skladu s profesionalnim i organizacijskim normama“ (Macuka i sur., 2015, str. 229), što bi značilo da učitelji, tijekom nastavnog sata, moraju neke emocije prikrivati, glumiti i prenaplaćavati s ciljem realiziranja školskih zadataka. Emocionalni se napor povezuje i sa činjenicom kako su u radu s učenicima neke emocije poželjne i dozvoljene dok su druge zabranjene i nepoželjne. Ukratko se može reći kako je u radu s učenicima potrebno izbjegavati iskazivanje presnažnih ili preslabih emocija. Ukoliko učenici ne poštuju pravila, odnosno, krše ih, učitelj mora ostati pribran i pokazati određenu vrstu smirenosti, iako osjeća ljutnju i frustraciju zbog učeničkog ponašanja. To često dovodi do emocionalne iscrpljenosti, nezadovoljstva na poslu te nerijetko i do zdravstvenih problema učitelja. Kod učiteljske se profesije često javlja i iskazivanje emocija koje osoba, u ovom slučaju učitelj, zapravo i ne osjeća (Macuka i sur., 2015). Mnogi su mišljenja kako učitelj svoje probleme mora ostaviti

ispred vratiju učionice (Bognar & Dubovicki, 2012), no kod tog se suprotstavljanja iskazivanju stvarnih osjećaja javlja emocionalna disonanca. „Ona je sastavni dio profesije učitelja, a karakterizira je nesklad između stvarnih osjećaja i onih koji se pokazuju“ (Macuka i sur., 2015, str. 230). Autori Bognar i Dubovicki (2012) navode kako je najlošiji odnos, između učitelja i učenika, onaj odnos u kojem se emocije prikrivaju. Ukoliko se učitelju kod kuće ili na putu do posla dogodi neki problem ili nezgoda, humanije je to reći i podijeliti s učenicima na njima primjeren način, nego skrivati svoje emocije pred njima. Učenici će u tom trenutku sigurno učitelju pružiti podršku kao što i učitelj njima pruža u bilo kakvoj teškoj situaciji (Bognar & Dubovicki, 2012). Emocionalna disonanca često vodi do nezadovoljstva na poslu i do emocionalne iscrpljenosti te do napuštanja učiteljske profesije (Macuka i sur., 2015).

Autorice Miljković i Rijavec, 2007. su godine provele istraživanje u kojem se pokazalo kako najviši stupanj sreće imaju oni učitelji kod kojih prevladavaju pozitivna iskustva tijekom rada u školi. To pozitivno iskustvo povezano je s izravnim radom s učenicima, dok se negativno iskustvo povezuje s administrativnim poslovima vezanima uz školu (Miljković & Rijavec, 2009).

3.4. Okolinski čimbenici koji utječu na emocije

Tjelesno vježbanje, dovoljno sna i socijalni kontakt utječu na dobro raspoloženje čovjeka, njegovu sreću, poletnost i pozitivniju energiju. Boravak na svježem zraku, u prirodi, za vrijeme lijepog i sunčanog vremena, također, utječe na razvijanje pozitivnih i ljepših emocija. Isto tako, bavljenjem aktivnostima koje nas ispunjuju i u kojima uživamo te druženjem s ljudima koji pozitivno djeluju na nas i na naše psihičko stanje, jačamo pozitivnost i proširujemo svoje misaone vidike (Miljković & Rijavec, 2009).

4. ULOGA EMOCIJA NA ŠKOLSKI USPJEH

Školski uspjeh ima veliku ulogu u životu pojedinca te je vezan uz njegovu daljnju izobrazbu i karijeru, stoga ne čudi što je školski uspjeh jedan od izvora emocionalnih stanja pojedinca (Burić, 2008). Autorica Burić smatra kako postoji dvosmjerni utjecaj između učeničkog postignuća i emocija. Emocije utječu na postignuće, a ovisno o tome je li postignuće pozitivno ili negativno za učenika,

dolazimo do povratne informacije o uspjehu koji pak utječe na emocije (Kolak & Majcen, 2011).

Tako pozitivne aktivirajuće emocije, u koje se ubrajaju uživanje u učenju, nada i ponos, pozitivno djeluju na školski uspjeh i postignuće učenika, dok negativne emocije, ljutnja, sram, anksioznost, bespomoćnost, negativno djeluju na uspjeh i postignuće učenika. Buckley i Saarni (prema Macklem, 2008) navode kako se niži školski uspjeh može povezati s učenicima koji imaju više negativnih emocija prema školi, ali i obrnuto. Stoga pozivaju na odgovornost svih djelatnika u odgojno-obrazovnom procesu da osiguraju razredno ozračje s pozitivnim emocijama (Kolak & Majcen, 2011). Također, lošiji se školski uspjeh može povezati i s osjećajem anksioznosti i osjećajem stresa koji učenici doživljavaju, što uzrokuje pad koncentracije i nemogućnost fokusiranja na određeni zadatak (Penić, 2019).

5. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA

Emocionalna inteligencija je pojam koji se pojavljuje devedesetih godina prošlog stoljeća u radovima Petera Saloveya i Johna Mayera. Taj je pojam tek 1995. godine doživio procvat knjigom, Daniela Golemana, "Emocionalna inteligencija" (Hajncel & Vučenović, 2013). Prema P. Saloveyu i J. Mayeru, Chabot D. i Chabot M. navode kako je:

„emocionalna inteligencija skup kompetencija koje nam omogućavaju da:

- prepoznamo vlastite i tuđe emocije
- točno izrazimo svoje emocije i pomognemo drugima da izraze svoje
- razumijemo vlastite i tuđe emocije
- upravljamo vlastitim emocijama i prilagođavamo se tuđima
- upotrijebimo vlastite emocije i vještine svojstvene emocionalnoj inteligenciji u različitim životnim područjima kako bi bolje komunicirali, donosili dobre odluke, određivali svoje prioritete, motivirali sebe i druge održavali dobre međuljudske odnose“ (Chabot & Chabot, 2009, str. 68).

„Prema tom određenju, emocionalna inteligencija jest sposobnost uočavanja emocija, pristup i priziv emocija kao pomoć mišljenju, sposobnost razumijevanja emocija i emocionalnih spoznaja, te mišljenska regulacija emocija u svrhu promicanja emocionalnog i intelektualnog razvitka“ (Salovey & Sluyter, 1999, str. 22).

Mnoga istraživanja ukazuju na povezanost emocionalne inteligencije i uspjeha na poslu, školskog uspjeha, prijateljstva, samokontrole te općeg zadovoljstva pojedinca (Brebrić, 2008).

Polazeći od pretpostavke da se emocionalna inteligencija može razvijati, osmišljavaju se razni programi, za sve dobne skupine, kako bi se emocionalna inteligencija što više razvila. Putem tih programa nastoji se kod djece potaknuti tehnike pomoću kojih će djeca prepoznati vlastite emocije, ali i emocije drugih, te će pomoću tih tehnika postati otpornija na razne psihičke probleme, kao što su depresija, nasilje, konzumiranje droga i sl. Puno takvih programa usmjereno je školskom uzrastu djece te su usmjereni na izgradnju vještina emocionalne inteligencije. Poznati primjer jednog takvog programa koji je implementiran u školski kurikulum je program PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies) koji nastoji kod učenika razviti identifikaciju i samoregulaciju emocija što rezultira smanjenim problematičnim ponašanjima, povećanje razumijevanja i rješavanja socijalnih problema te povećanje adaptivnog ponašanja (Takšić, Mohorić, & Munjas, 2006).

Osobe, koje imaju visoki kvocijent emocionalne inteligencije, karakterizira učinkovito prepoznavanje vlastitih emocija kao i tuđih, visoki stupanj samokontrole, uspješni prijateljski odnosi, samouvjerenost i fleksibilnost (Pavlović, 2011).

5.1. Dječje razumijevanje emocija

Dječje razumijevanje emocija upućuje na to što je u pojedinoj situaciji za njih u redu, a što nije. Novorođena djeca svoje negativne emocije ukazuju putem uznemirenosti i uzrujanosti, dok svoje pozitivne emocije ukazuju osmijehom. Također, počinju prepoznavati različite emocije kod drugih ljudi putem njihove boje glasa kao i izraza lica. Djeca mlađa od četiri godine emocije najčešće povezuju s različitim izrazima lica i ponašanjima. No, Wellman (1995) je svojim istraživanjima utvrdio kako neka djeca u toj dobi imaju razvijeno viđenje emocija kao unutrašnje emocionalno stanje čovjeka, odnosno, shvaćaju kako je uzrok emocija unutrašnji i povezuje se s određenim ciljevima i željama (Oatley & Jenkins, 2003). Kada dijete nauči raspoznati različite emocije ono raspoznaje i odnose između samih emocija kao što je npr. odnos između simpatije i ljubavi. Kako dijete odrasta počinje prepoznavati i složene emocije, odnosno, kontradiktorne emocije gdje shvaća kako čovjek u istom

trenutku može osjećati i ljubav i mržnju prema nekoj osobi. Možemo zaključiti kako se primarno znanje o emocijama stječe u djetinjstvu, no ono se nadograđuje i obogaćuje tijekom cijeloga života (Salovey & Sluyter, 1999).

5.2. Upravljanje emocijama

Pozitivne se emocije pokušavaju povećati regulacijom i upravljanjem samih emocija dok se njima, negativne emocije nastoje smanjiti. Emocionalna se regulacija definira kroz utjecaj pojedinca na doživljavanje i izražavanje vlastitih emocija (Burić, 2008). Dječje samoupravljanje emocijama ovisi o njihovoj dobi i individualnim razlikama. Ono ovisi o njihovoj sposobnosti upotrebe jezika kao i o razvoju njihove pokretljivosti. Već se u prve tri godine dječjeg života zamjećuje njihovo upravljanje emocijama. Pritom autori Oatley K. i Jenkins J. upućuju na plakanje koje je snažnije i učestalije kod djece dojenačke dobi te se ono postupno smanjuje kod starije djece. Tako su i ispadi bijesa najučestaliji u drugoj godini života nakon koje se smanjuju, što nam potvrđuje ovisnost emocija i dobi djeteta. Nadalje, djeca govorom najlakše izražavaju svoje emocije jer se više ne trebaju sporazumijevati samo putem izraza lica i pomoću gesti. Također, krećući se, djeca samostalno mogu zadovoljiti neke od svojih želja pa se sukladno tome smanjuje njihov pojačan sustav signaliziranja (Oatley & Jenkins, 2003).

Na početku života djeca su izrazito usredotočena i oslanjaju se na roditelje. Prilikom dječje signalizacije uznemirenosti i plakanja, roditelji dijete pokušavaju smiriti tješanjem, ljuljanjem i čuvanjem, pritom gradeći povjerenje i intimnost te se kod djeteta razvija sposobnost tješnja samoga sebe. Također, socijalna interakcija između roditelja i djeteta važna je za izražavanje emocija kod djece. „S vremenom djeca se u regulaciji emocija sve manje oslanjaju na roditelje“ (Oatley & Jenkins, 2003, str. 192). Ukoliko djeca ne nauče regulirati svoje negativne emocije postoji mogućnost da će imati razne probleme u školi kao i u društvu (Salovey & Sluyter, 1999). Najvažniji čimbenik koji djeci, ali i odraslima, pomaže pri emocionalnoj ravnoteži jest prisutnost voljenih osoba i osoba koje nam u životu pružaju podršku (Oatley & Jenkins, 2003).

Sam pojam upravljanje emocijama mnogi istraživači objašnjavaju na drugačije načine. Trajanje emocija, frekvencija emocija, njihov intenzitet kao i ravnoteža samo

su neki od načina s kojima istraživači povezuju pojam upravljanje emocijama (Oatley & Jenkins, 2003).

Neizostavan dio života svakog učenika odnosi se na polaganje ispita što je povezano s brojnim doživljavanjem emocija kao što su: regulacija emocija, suočavanje s negativnim emocijama i ispitna anksioznost. Navedene su tri dimenzije regulacije emocija učenika, prilikom polaganja testa. Prvu dimenziju čine procesi usmjereni na zadatak, drugu procesi usmjereni na emocije i treću procesi usmjereni na kognitivne procjene. Dimenzija procesa usmjerenih na zadatak pomaže učeniku da se bolje usredotoči na test i zadatke, stoga mu to ujedno i znatno povećava priliku za uspjeh. Ona se odnosi na učenikov unutrašnji govor gdje on prilikom pisanja testa razmišlja o učinkovitom raspoređivanju vremena ili specifičnim strategijama odgovaranja na pitanja itd. Procesni usmjereni na emocije često djeluju kao ometajuće misli tijekom učenikovog rada te tako postoji velika mogućnost za učenikov neuspjeh na testu. Stoga se i ispitna anksioznost može povećati, ali i smanjiti, ovisno o intenzitetu emocija koje učenik doživljava. Prilikom procesa usmjerenog na emocije učenik razmišlja o samome sebi, a ne o zadacima koji se nalaze ispred njega i pritom doživljava razne emocije vezane uz njegovo postignuće i uzroke koji prethode tom postignuću. Veliku važnost za nastanak emocija i njihovu regulaciju imaju procesi kognitivne procjene. Ti procesi tiču se procjena koje sami učenici steknu o važnosti testa i njihova svjesnost o vlastitim sposobnostima, odnosno, spremnosti da se test položi (Burić, 2008).

Djecu koja imaju sposobnost samoregulacije vlastitih emocija u nekim stresnim situacijama, učitelji opisuju kao napredne učenike koji su pažljivi na satu. Takvi se učenici znaju prilagoditi i svoju pozornost usmjeriti na zadatak koji moraju izvršiti te imaju sposobnost ignoriranja svih čimbenika koji ih ometaju u radu (Penić, 2019).

6. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

6.1. Cilj istraživanja

Cilj je istraživanja bio ispitati ulogu emocija u učeničkoj koncentraciji te prepoznati koja emocionalna stanja učenici doživljavaju u nastavnom procesu s obzirom na spol učenika.

6.2. Uzorak ispitanika

Uzorak ispitanika ovog istraživanja čini 112 učenika i učenica četvrtih razreda osnovnih i područnih škola s područja donjeg Međimurja. Istraživanje je provedeno na pet osnovnih škola i na tri područne škole. Podaci su prikupljeni u školskoj godini 2019./2020.

Tablica 2. Broj i postotak ispitanika u odnosu na škole

Naziv škole	Broj učenika
OŠ Prelog	35 (31.25%)
OŠ Goričan	22 (19.64%)
OŠ Sveta Marija	10 (8.93%)
OŠ Draškovec	13 (11.61%)
OŠ Donja Dubrava	9 (8.04%)
PŠ Donji Mihaljevec	7 (6.25%)
PŠ Cirkovljan	8 (7.14%)
PŠ Donji Vidovec	8 (7.14%)
UKUPNO	112 (100%)

U tablici 2. navedene su sve osnovne i područne škole u kojima se istraživanje provodilo. Također, navedeni je i broj učenika (ispitanika), odnosno, postotak učenika (ispitanika) po školama kao i ukupan broj ispitanika. Iz ovog tabličnog prikaza vidimo da je u istraživanju sudjelovalo: 35 učenika iz OŠ Prelog, 22 učenika iz OŠ Goričan, 10 učenika iz OŠ Sveta Marija, 13 učenika iz OŠ Draškovec, devet učenika iz OŠ Donja Dubrava, sedam učenika iz PŠ Donji Mihaljevec, osam učenika iz PŠ Cirkovljan i osam učenika iz PŠ Donji Vidovec.

Tablica 3. Spol ispitanika

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	muški	58	51,8	51,8	51,8
	ženski	54	48,2	48,2	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

Iz tablice 3. može se vidjeti kako je u istraživanju sudjelovalo 58 učenika i 54 učenica, odnosno, 51.8% muške populacije i 48,2% ženske populacije.

Tablica 4. Dob ispitanika

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	6	5,4	5,4	5,4
	10	98	87,5	87,5	92,9
	11	8	7,1	7,1	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

Budući da se istraživanje provodilo na učenicima četvrtih razreda, ispitanici su imali 9, 10 ili 11 godina, što je vidljivo u tablici 4. Vidimo da je šest učenika, odnosno, 5,4% imalo 9 godina, 8 učenika imalo je 11 godina i na njih se odnosi 7,1%, dok je najveći broj učenika, i to 98 njih, imao 10 godina i na njih se odnosi 87,5%.

Tablica 5. Zaključna ocjena na kraju prethodne školske godine

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	2	1,8	1,8	1,8
	4	22	19,6	19,6	21,4
	5	88	78,6	78,6	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

U tablici 5. vidljivo je kako je dvoje učenika, od 112 ispitanih, na kraju prethodne školske godine, odnosno, na kraju trećeg razreda imalo zaključnu ocjenu dobar. Njih dvadeset i dvoje imalo je zaključnu ocjenu vrlo dobar, dok je ocjenu odličan imalo zaključeno osamdeset osam učenika.

6.3. Mjerni instrumenti

Za potrebe provođenja ovog istraživanja napravljen je anketni upitnik koji se sastojao od 14 pitanja. Sastojao se od pitanja otvorenog i zatvorenog tipa. Anketni je upitnik bio potpuno anoniman i dobrovoljan te je podijeljen na dva dijela. U prvom dijelu učenici su naveli svoj spol, dob i zaključnu ocjenu na kraju prethodne školske godine. Te su tri informacije ujedno i nezavisne varijable ovog istraživanja. Drugi se dio anketnog upitnika sastoji od 11 tvrdnji s ponuđenim a, b, c, d odgovorima na zaokruživanje. Tvrdnje se općenito odnose na učenikove emocije tijekom nastavnog procesa kao i na njihovu sposobnost prepoznavanja i izražavanja vlastitih emocija.

6.4. Postupak

Istraživanje je provedeno u veljači, u školskoj godini 2019./2020. Ispitivanje je provedeno metodom anketiranja. „Metoda anketiranja je postupak kojim se na temelju anketnog upitnika istražuju i prikupljaju podaci, informacije, stavovi i mišljenja o predmetu istraživanja“ (“Metoda ankete, upitnika i intervju u istraživačkom procesu u saobraćaju,” n.d.). Pristankom i dozvolom ravnatelja svih škola, anketiranje je provedeno u suradnji s učenicima četvrtih razreda osnovne škole. Najprije je njihovim roditeljima podijeljena suglasnost kojom su pristali, odnosno, nisu pristali na sudjelovanje njihova djeteta u istraživanju. Djeci, čiji roditelji nisu pristali na sudjelovanje u istraživanju, nisu ni bili podijeljeni anketni upitnici za rješavanje. Prije samog ispunjavanja anketnih upitnika, učenicima je bila objašnjena svrha istraživanja i način ispunjavanja anketnog upitnika kao i napomena da je istraživanje dobrovoljno i anonimno. Broj podijeljenih anketa bio je jednak broju prikupljenih anketa, a to je 112. Sve su ankete bile važeće i u potpunosti riješene.

6.5. Metode obrade podataka

Podaci su uneseni, obrađeni i analizirani pomoću programa SPSS Statistic 20.0.

7. REZULTATI I RASPRAVA ISTRAŽIVANJA

U anketnom upitniku na četvrto pitanje sedam (6,3%) učenika odgovorilo je da odgađa učenje kad im je teško, devet (8,0%) njih počinje plakati i ne mogu se više

koncentrirati ni na što drugo, 15 (13,4%) njih uči bez ikakvog problema u navedenoj situaciji dok se 81 (72,3%) učenik najprije pokuša smiriti i tek onda nastaviti s učenjem. Sve to vidljivo je iz tablice 6. Dobiveni rezultati nam ukazuju da učenici u trenutku kad osjećaju određenu razinu stresa, imaju smanjenu koncentraciju vezanu uz neki zadatak, u ovom slučaju, vezanu uz učenje.

Tablica 6. Kad mi je teško

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) odgađam učenje	7	6,3	6,3	6,3
	b) plačem i ne mogu se koncentrirati ni na što drugo	9	8,0	8,0	14,3
	c) učim bez ikakvog problema	15	13,4	13,4	27,7
	d) pokušam se smiriti i nastaviti s učenjem	81	72,3	72,3	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

Nadalje, u ovom pitanju postoje razlike što se tiče spola i to je vidljivo u tablici 7. Naime, 10,3% (f = 6) učenika odgađa učenje kad im je teško u odnosu na učenice (f = 1; 1,9%). Zanimljivi su i rezultati da se u situaciji kad im je teško, učenice (f = 6; 11,1%), češće rasplaču i ne mogu se koncentrirati ni na što drugo za razliku od učenika (f = 3; 5,2%). Dobiveni odgovori i rezultati dokazuju kako je ženski spol emocionalno osjetljiviji od muškog spola.

Tablica 7. Kad mi je teško/ Spol

		spol		Total	
		muški	ženski		
Kad mi je teško	a) odgađam učenje	Count	6	1	7
		% within spol	10,3%	1,9%	6,2%
	b) plačem i ne mogu se koncentrirati na ništa drugo	Count	3	6	9
		% within spol	5,2%	11,1%	8,0%
	c) učim bez ikakvog problema	Count	9	6	15
		% within spol	15,5%	11,1%	13,4%
	d) pokušam se smiriti i nastaviti s učenjem	Count	40	41	81
		% within spol	69,0%	75,9%	72,3%
Total	Count	58	54	112	
	% within spol	100,0%	100,0%	100,0%	

Na petom pitanju iz anketnog upitnika, *Kad dobijem odličnu ocjenu*, navedena su emocionalna stanja učenika nakon dobivanja odlične ocjene. Iz tablice 8. vidljivo je kako je 102 (91,1%) učenika ponosno na sebe i motivirani su za daljnji rad kada dobiju odličnu ocjenu. Samo je jedan učenik (0,9%) od njih 112 naveo kako se, kad dobije odličnu ocjenu, opusti i uopće više ne uči dok je devet (8,0%) učenika naveo kako im je svejedno kad dobiju odličnu ocjenu.

Tablica 8. Kad dobijem odličnu ocjenu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) ponosan/ponosna sam na sebe i motiviran/na sam za daljnji rad	102	91,1	91,1	91,1
	b) opustim se i uopće više ne učim	1	,9	,9	92,0
	c) svejedno mi je	9	8,0	8,0	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

U tablici 9. vidljivo je kako je podjednak broj učenika ($f = 51$; 87,9%) i učenica ($f = 51$; 94,4%) zaokružilo da su ponosni na sebe i motivirani su za daljnji rad kad dobe odličnu ocjenu. Jedan (1,7%) je učenik zaokružio kako se opusti i uopće više ne uči dok je 6 (10,3%) učenika zaokružilo da im je svejedno u odnosu na učenice ($f = 3$; 5,6%).

Tablica 9. Kad dobijem odličnu ocjenu/ Spol

		spol		Total	
		muški	ženski		
Kad dobijem odličnu ocjenu	a) ponosan/ponosna sam na sebe i motiviran/na sam za daljnji rad	Count	51	51	102
		% spol	87,9%	94,4%	91,1%
	b) opustim se i uopće više ne učim	Count	1	0	1
		% spol	1,7%	0,0%	0,9%
	c) svejedno mi je	Count	6	3	9
		% spol	10,3%	5,6%	8,0%
Total	Count	58	54	112	
	% spol	100,0%	100,0%	100,0%	

Prilikom dobivanja loše ocjene 28 (25,0%) učenika plaši se reakcije svojih roditelja, što je vidljivo iz tablice 10. U takvoj situaciji najveći broj učenika, 77 (68,8%) njih,

shvaća da nisu dovoljno učili i svjesni su da se nisu dovoljno pripremili. Njih troje (2,7%) se rasplače i ne želim ni s kim razgovarati, dok je četvero učenika (3,6%) navelo kak im je svejedno kad dobiju lošu ocjenu.

Tablica 10. Kad dobijem lošu ocjenu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) plašim se reakcije roditelja	28	25,0	25,0	25,0
	b) shvaćam da nisam dovoljno učio/la	77	68,8	68,8	93,8
	c) rasplačem se i ne želim ni s kim razgovarati	3	2,7	2,7	96,4
	d) svejedno mi je	4	3,6	3,6	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

Prilikom dobivanja loše ocjene 31,0% ($f = 18$) učenika plaši se reakcije svojih roditelja dok je manji broj učenika zaokružilo taj odgovor 18,5% ($f = 10$). U prilog tvrdnji, da je ženski spol emocionalno osjetljiviji od muškog, ide i odgovor *c) rasplačem se i ne želim ni s kim ragovarati* koji nije zaokružio ni jedan učenik, dok je 5,6% ($f = 3$) učenica zaokružilo taj odgovor. Također, ni jedna učenica nije zaokružila zadnji odgovor *d) svejedno mi je*, dok je 6,9% ($f = 4$) učenika zaokružilo kako je ravnodušno u takvoj situaciji. Sve to vidljivo je iz tablice 11.

Tablica 11. Kad dobijem lošu ocjenu/ Spol

			spol		Total
			muški	ženski	
Kad dobijem lošu ocjenu	a) plašim se reakcije roditelja	Count	18	10	28
		% spol	31,0%	18,5%	25,0%
	b) shvaćam da nisam dovoljno učio/la	Count	36	41	77
		% spol	62,1%	75,9%	68,8%
	c) rasplačem se i ne želim ni s kim razgovarati	Count	0	3	3
		% spol	0,0%	5,6%	2,7%
	d) svejedno mi je	Count	4	0	4
		% spol	6,9%	0,0%	3,6%
Total		Count	58	54	112
		% spol	100,0%	100,0%	100,0%

Tablica 12. pokazuje nam rezultate emocionalnog stanja učenika prilikom opominjanja od strane učitelja/ice. Tako 33 (29,5%) učenika osjeća sram i neugodu, najveći broj učenika, njih 75 (67,0%), odmah nastoji popraviti svoje ponašanje. Samo jedan učenik (0,9%) ne sluša učitelja/icu, kad ga/ju opomene i nastavlja raditi ono što je i radio/la. Ljutnju prema učitelju/ici osjeća 3 (2,7%) učenika. Prema dobivenim rezultatima vidljiv je utjecaj i značaj autoriteta učitelja/ice te poslušnost i discipliniranost učenika.

Tablica 12. Kad me učitelj/ica opomene

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) osjećam sram i neugodu	33	29,5	29,5	29,5
	b) odmah nastojim popraviti svoje ponašanje	75	67,0	67,0	96,4
	c) ne slušam ju i nastavljam raditi ono što sam i radio/la	1	,9	,9	97,3
	d) osjećam ljutnju prema učitelju/ici	3	2,7	2,7	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

U tablici 13. sedmo je pitanje obrađeno s obzirom na spol učenika. Vidljivo je kako 15 (25,9%) učenika osjeća sram prilikom opominjanja od strane učitelja/ice u odnosu na učenice (f = 18; 33,3%). 40 (69,0%) učenika odmah nastoji popraviti svoje ponašanje u takvoj situaciji za razliku od učenica (f = 35; 64,8%). Samo je jedan (1,7%) učenik zaokružio kako u takvoj situaciji ne sluša učitelja/icu i nastavlja raditi ono što je radio. Ljutnju prema učitelju/ici osjećaju dva (3,4%) učenika i jedna (1,9 %) učenica.

Tablica 13. Kad me učitelj/ica opomene/ Spol

		spol		Total	
		muški	ženski		
Kad me učitelj/ica opomene	a) osjećam sram i neugodu	Count	15	18	33
		% spol	25,9%	33,3%	29,5%
	b) odmah nastojim popraviti svoje ponašanje	Count	40	35	75
		% spol	69,0%	64,8%	67,0%
	c) ne slušam ju i nastavljam raditi ono što sam i radio/la	Count	1	0	1
		% spol	1,7%	0,0%	0,9%
	d) osjećam ljutnju prema	Count	2	1	3

	učitelju/ici	% spol	3,4%	1,9%	2,7%
Total		Count	58	54	112
		% spol	100,0%	100,0%	100,0%

Od ukupno 112 ispitanika, na osmo pitanje anketnog upitnika, *Kad sam sretan/sretna*, 76 (67,9%) učenika odgovorilo je da ima veliku volju za učenjem što je i vidljivo iz tablice 14. 15 (13,4%) učenika odgađa učenje, a njih 21 (18,8%) ne može se koncentrirati na učenje. Iz ovog proizlazi zaključak kako pozitivne emocije, u ovom slučaju sreća, pozitivno djeluju na daljnju motivaciju i voljom za učenjem kao što i pospješuju školski uspjeh učenika.

Tablica 14. Kad sam sretan/sretna

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) imam veliku volju za učenjem	76	67,9	67,9	67,9
	b) odgađam učenje	15	13,4	13,4	81,3
	c) ne mogu se koncentrirati na učenje	21	18,8	18,8	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

U tablici 15. vidljivo je da veći broj učenica ($f = 40$; 74,1%) ima veću volju za učenjem kad su sretna, za razliku od učenika ($f = 36$; 62,1%). Također, vidljivo je i kako se 24,1% ($f = 14$) učenika ne može koncentrirati na učenje kad su sretni što je upola više u odnosu na učenice ($f = 7$; 13,0%).

Tablica 15. Kad sam sretan/sretna/Spol

		spol		Total	
		muški	ženski		
Kad sam sretan/sretna	a) imam veliku volju za učenjem	Count	36	40	76
		% spol	62,1%	74,1%	67,9%
	b) odgađam učenje	Count	8	7	15
		% spol	13,8%	13,0%	13,4%
	c) ne mogu se koncentrirati na učenje	Count	14	7	21
		% spol	24,1%	13,0%	18,8%
Total	Count	58	54	112	
	% spol	100,0%	100,0%	100,0%	

Tablica 16. prikazuje nam odgovore na pitanje vezano uz izražavanje vlastitih osjećaja. 16 (14,3%) učenika odgovorilo je da svoje osjećaje skriva i potiskuje. Zanimljivo je kako se broj i postotak odgovora na pitanja *b) lako izražavam* i *c) izražavam samo pred bliskim ljudima* skoro pa i ne razlikuju. Tako 47 (42,0%) učenika lako izražava svoje emocije, dok 49 (43,8%) učenika svoje osjećaje izražava samo pred bliskim ljudima. Vidljivo je kako je samo dio učenika stekao emocionalnu kompetentnost izražavanja i uočavanja vlastitih emocija.

Tablica 16. Svoje osjećaje

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) skrivam i potiskujem	16	14,3	14,3	14,3
	b) lako izražavam	47	42,0	42,0	56,3
	c) izražavam samo pred bliskim ljudima	49	43,8	43,8	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

Iz tablice 17. možemo vidjeti kako učenici ($f = 11$; 19,0%) u odnosu na učenice ($f = 5$; 9,3%) imaju više problema s izražavanjem svojih emocija jer ih skrivaju i potiskuju. Iznenaduje odgovor *b) lako izražavam* svoje osjećaje jer je 46,6% ($f = 27$) učenika zaokružilo taj odgovor što je više nego kod učenica ($f = 20$; 37,0%). Odgovor *c) izražavam samo pred bliskim ljudima* zaokružio je veći broj učenica ($f = 29$; 53,7%) u odnosu na učenike ($f = 20$; 34,5%).

Tablica 17. Svoje osjećaje/Spol

		spol		Total	
		muški	ženski		
Svoje osjećaje	a) skrivam i potiskujem	Count	11	5	16
		% within spol	19,0%	9,3%	14,3%
	b) lako izražavam	Count	27	20	47
		% within spol	46,6%	37,0%	42,0%
	c) izražavam samo pred bliskim ljudima	Count	20	29	49
		% within spol	34,5%	53,7%	43,8%
Total	Count	58	54	112	
	% within spol	100,0%	100,0%	100,0%	

U tablici 18. vidimo da uzroke svojih osjećaja teško prepoznaje 10 (8,9%) učenika, dok njih 98 (87,5%) lako prepoznaje što prouzrokuje njihove osjećaje. Četvero učenika, odnosno njih 3,6% navelo je kako ih ne zanimaju vlastiti osjećaji.

Tablica 18. Uzrok svojih osjećaja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) teško prepoznajem	10	8,9	8,9	8,9
	b) lako prepoznajem	98	87,5	87,5	96,4
	c) ne zanimaju me moji osjećaji	4	3,6	3,6	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

U tablici 19. vidljive su razlike u odgovorima između ženskog i muškog spola, odnosno, između učenika i učenica. Veći broj učenika ($f = 7$; 12,1%) teško prepoznaje uzroke svojih emocija za razliku od učenica ($f = 3$; 5,6%). Zabrinjavajuće je što je i veći broj učenika ($f = 4$; 6,9%) zaokružio odgovor *c) ne zanimaju me moji osjećaji* u odnosu na učenice ($f = 0$; 0,0%) pri čemu nijedna nije zaokružila taj odgovor.

Tablica 19. Uzrok svojih osjećaja/Spol

		spol		Total	
		muški	ženski		
Uzrok svojih osjećaja	a) teško prepoznajem	Count	7	3	10
		% spol	12,1%	5,6%	8,9%
	b) lako prepoznajem	Count	47	51	98
		% spol	81,0%	94,4%	87,5%
	c) ne zanimaju me moji osjećaji	Count	4	0	4
		% spol	6,9%	0,0%	3,6%
Total	Count	58	54	112	
	% spol	100,0%	100,0%	100,0%	

Na 11. pitanje *Kad ne shvaćam neki zadatak* samo je troje učenika, njih 2,7%, odgovorilo da odustane od njega. 60 (53,6%) učenika odgovorilo je da traži pomoć od starijih osoba dok se njih 6 (5,4%) naljuti i izgubi koncentraciju. Pohvalno je što se velik broj učenika, njih 43 (38,4%), prilikom neshvaćanja nekog zadatka, trudi tako dugo dok ga ne shvati što nam ukazuje na njihovu upornost prema dostizanju određenog cilja.

Tablica 20. Kad ne shvaćam neki zadatak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) odustanem od njega	3	2,7	2,7	2,7
	b) tražim pomoć od starijih	60	53,6	53,6	56,3
	c) ljutim se i izgubim koncentraciju	6	5,4	5,4	61,6
	d) trudim se tako dugo dok ga ne shvatim	43	38,4	38,4	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

U tablici 21. vidljivo je da dvoje učenika (3,4%) odustane od nekog zadatka ukoliko ga ne shvaća, dok istu stvar napravi samo jedna učenica (1,9%). Vidljive su razlike i u *b*) odgovoru, gdje 43,1% ($f = 25$) učenika traži pomoć od starijih osoba prilikom ne shvaćanja nekog zadatka, u odnosu na učenice ($f = 35$; 64,8%). Zanimljivo je da je više učenika ($f = 29$; 50,0%) zaokružilo odgovor *d*) *trudim se tako dugo dok ga ne shvatim* za razliku od učenica ($f = 14$; 25,9%).

Tablica 21. Kad ne shvaćam neki zadatak/Spol

			spol		Total
			muški	ženski	
Kad ne shvaćam neki zadatak	a) odustanem od njega	Count	2	1	3
		% spol	3,4%	1,9%	2,7%
	b) tražim pomoć od starijih	Count	25	35	60
		% spol	43,1%	64,8%	53,6%
	c) ljutim se i izgubim koncentraciju	Count	2	4	6
		% spol	3,4%	7,4%	5,4%
	d) trudim se tako dugo dok ga ne shvatim	Count	29	14	43
		% spol	50,0%	25,9%	38,4%
Total	Count	58	54	112	
	% spol	100,0%	100,0%	100,0%	

Sljedeće se pitanje odnosi na emocionalna stanja i na emocionalnu regulaciju učenika prije pisanja ispita znanja. U Tablici 22. vidljivo je kako se sedam (6,3%) učenika osjeća uznemireno i nelagodno prije ispita znanja. 20 (17,9%) učenika osjeća strah, a njih 63 (56,3%), također, osjeća strah i nelagodu iako su sve naučili. Zabrinjavajući

je podatak što 22 (19,6%) učenika ne osjeća ništa, odnosno, svejedno im je prije pisanja ispita znanja.

Tablica 22. Prije pisanja ispita znanja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) osjećam se uznemireno i nelagodno	7	6,3	6,3	6,3
	b) osjećam strah	20	17,9	17,9	24,1
	c) iako sam sve naučio/la, osjećam nelagodu i strah	63	56,3	56,3	80,4
	d) ne osjećam ništa, svejedno mi je	22	19,6	19,6	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

Iz tablice 23. vidljivo je kako jednak broj učenika i učenica osjeća strah prije pisanja ispita znanja. Nadalje, veći broj učenica ($f = 37$; 68,5%) iako su sve naučile, osjećaju nelagodu i strah u odnosu na učenike ($f = 26$; 44,8%). Zabrinjavajuće je što 31,0% ($f = 18$) učenika ne osjeća ništa, odnosno, svejedno im je prije pisanja ispita znanja u odnosu na učenice ($f = 4$; 7,4%).

Tablica 23. Prije pisanja ispita znanja/Spol

		spol		Total	
		muški	ženski		
Prije pisanja ispita znanja	a) osjećam se uznemireno i nelagodno	Count	4	3	7
		%spol	6,9%	5,6%	6,2%
	b) osjećam strah	Count	10	10	20
		%spol	17,2%	18,5%	17,9%
	c) iako sam sve naučio/la, osjećam nelagodu i strah	Count	26	37	63
		%spol	44,8%	68,5%	56,2%
	d) ne osjećam ništa, svejedno mi je	Count	18	4	22
		%spol	31,0%	7,4%	19,6%
Total	Count	58	54	112	
	%spol	100,0%	100,0%	100,0%	

U tablici 24. vidljivo je kako 95 (84,8%) učenika lako prepoznaje raspoloženje svog prijatelja/ice. Troje učenika, 2,7%, odgovorilo je kako se ne zamara njihovim raspoloženjem dok njih 14 (12,5%) ne može prepoznati njihovo raspoloženje. Pohvalno je što većina učenika lako prepoznaje raspoloženje svog prijatelja/ice što

nam ukazuje na razvijenu emocionalnu regulaciju i visoki kvocijent emocionalne inteligencije.

Tablica 24. Raspoloženje svog prijatelja/ice

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) lako prepoznajem	95	84,8	84,8	84,8
	b) ne zamaram se njihovim raspoloženjem	3	2,7	2,7	87,5
	c) ne mogu prepoznati njihovo raspoloženje	14	12,5	12,5	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

45 (77,6%) učenika i 50 (92,6%) učenica navelo je kako lako prepoznaju raspoloženje svog prijatelja/ice što je vidljivo iz tablice 25. Od svih 112 ispitanika samo je 3 (5,2%) učenika zaokružilo kako se ne zamaraju raspoloženjem svog prijatelja/ice. 10 (17,2%) učenika ne može prepoznati raspoloženje svog prijatelja/ice za razliku od učenica (f = 4; 7,4%).

Tablica 25. Raspoloženje svog prijatelja/ice Spol

			spol		Total
			muški	ženski	
Raspoloženje svog prijatelja/ice	a) lako prepoznajem	Count	45	50	95
		% spol	77,6%	92,6%	84,8%
	b) ne zamaram se njihovim raspoloženjem	Count	3	0	3
		% spol	5,2%	0,0%	2,7%
	c) ne mogu prepoznati njihovo raspoloženje	Count	10	4	14
		% spol	17,2%	7,4%	12,5%
Total	Count	58	54	112	
	% spol	100,0%	100,0%	100,0%	

Na zadnjem su pitanju učenici trebali zaokružiti odgovor koji se odnosi na procjenu vlastitih emocija kad prijatelj/ica dobije bolju ocjenu od njih. Iz tablice 26. vidljivo je kako 10 (8,9%) učenika osjeća ljubomoru u takvim situacijama, njih 64 (57,1%) sretno je zbog svojih prijatelja i 38 (33,9%) učenika osjeća motivaciju za daljnjim učenjem kako bi bili bolji od svojeg prijatelja/ice.

Tablica 26. Kad prijatelj/ica dobije bolju ocjenu od mene

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	a) osjećam ljubomoru	10	8,9	8,9	8,9
	b) sretan/na sam zbog nje/njega	64	57,1	57,1	66,1
	c) osjećam motivaciju za učenjem kako bih i ja bio/la bolji/a	38	33,9	33,9	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

U tablici 27. vidljivo je kako je 7 (12,1%) učenika zaokružilo da osjeća ljubomoru kad prijatelj/ica dobije bolju ocjenu od njih, za razliku od učenica (f = 3; 5,6%), dok je vidljivo kako je veći broj učenica (f = 34; 63,0%) sretna zbog svog prijatelja/ice u odnosu na učenike (f = 30; 51,7%). Odgovor *c) osjećam motivaciju za učenjem kako bih i ja bio/la bolji/lja* zaokružio je 21 (36,2%) učenik što je više od učenica (f = 17; 31,5%).

Tablica 27. Kad prijatelj/ica dobije bolju ocjenu od mene/Spol

		spol		Total	
		muški	ženski		
Kad prijatelj/ica dobije bolju ocjenu od mene	a) osjećam ljubomoru	Count	7	3	10
		% spol	12,1%	5,6%	8,9%
	b) sretan/na sam zbog nje/njega	Count	30	34	64
		% spol	51,7%	63,0%	57,1%
	c) osjećam motivaciju za učenjem kako bih i ja bio/la bolji/a	Count	21	17	38
		% spol	36,2%	31,5%	33,9%
Total	Count	58	54	112	
	% spol	100,0%	100,0%	100,0%	

8. ZAKLJUČAK

Zasigurno, kvaliteti same nastave pogoduju pozitivne emocije koje utječu na mentalno stanje učenika, na njihovo zdravlje, samoefikasnost u učenju, kreativnost i povećanje kognitivne prilagodljivosti. Emocije, također, utječu i na školski uspjeh, ali jednako tako, školski uspjeh utječe na emocije učenika.

Na osnovi dobivenih rezultata u ovom istraživanju vidljivo je kako dobre ocjene utječu na razvijanje sekundarnih, pozitivnih emocija kod učenika kao što su motiviranost i ponos. S druge strane, loše ocjene utječu na razvijanje i javljanje primarnih emocija poput straha, tuge te emocije srama. Možemo zaključiti kako ocjene utječu na mnoga emocionalna stanja učenika, odnosno, da školski uspjeh uvelike utječe na pojavu pozitivnih i negativnih emocija kod učenika. Također, iz rezultata istraživanja vidljivo je kako većina učenika ima razvijenu empatiju i međuljudsku dimenziju jer mogu lako prepoznati raspoloženje svojih prijatelja, ali i uzroke vlastitih osjećaja. Ovo se naročito odnosi na učenice jer nam rezultati ukazuju kako ženski spol ima razvijeniju empatiju od muškog spola, odnosno, od učenika. Nadalje, iz četvrtog pitanja anketnog upitnika zaključujemo kako velika većina ispitanika zna kontrolirati i spriječiti negativne emocije i usredotočiti svoju pažnju i koncentraciju na učenje i zadatke. U suvremenom svijetu stres je neizbježan, stoga je jako bitno da se učenici što ranije nauče nositi i suočavati sa stresnim situacijama.

Emocije su važan čimbenik u čitavom nastavnom procesu, stoga je neophodno upoznati i educirati učitelje, roditelje i stručne suradnike o važnosti istih. Razvijanje i jačanje pozitivnog emocionalnog razvoja kod djece utječe i na razvitak i boljitak same nastave te na školski sustav općenito. Osjećanje i poimanje pozitivnih emocija tijekom učenja i poučavanja dovodi do pozitivnih rezultata ne samo u nastavnom procesu, već i generalno u životu učenika i učitelja.

LITERATURA

- Bognar, L., & Dubovicki, S. (2012). Emocije u nastavi. *Croatian Journal of Education*, 14(1), 135–163.
- Brebrić, Z. (2008). Neke komponente emocionalne inteligencije, školski uspjeh, prosocijalno i agresivno ponašanje učenika u primarnom obrazovanju. *Napredak : Časopis Za Interdisciplinarna Istraživanja u Odgoju i Obrazovanju*, 149(3), 296–311.
- Burić, I. (2008). Uloga emocija u obrazovnom kontekstu - Teorija kontrole i vrijednosti. *Suvremena Psihologija*, 11(1), 77–92.
- Chabot, D., & Chabot, M. (2009). *Emocionalna pedagogija (EDUCA)*. Zagreb.
- Hajncel, L., & Vučenović, D. (2013). Emocionalna inteligencija: Modeli i mjerenje 20 godina poslije. *Suvremena Psihologija*, 16(1), 95–113.
- Kolak, A., & Majcen, M. (2011). *EMOCIONALNE REAKCIJE UČENIKA U NASTAVNOM PROCESU KAO POTICAJ RAZVOJU KREATIVNOSTI*. 337–360.
- Kovačević, B., & Ramadanović, E. (2016). Primarne Emocije U Hrvatskoj Frazeologiji. *Rasprave Instituta Za Hrvatski Jezik i Jezikoslovlje*, 42(2), 505–527.
- Macuka, I., Burić, I., & Batur, I. (2015). *Emocionalne odrednice iscrpljenosti i zadovoljstva poslom predmetnih učitelja*. 227–248.
- Metoda ankete, upitnika i intervjuja u istraživačkom procesu u saobraćaju. (n.d.). Retrieved April 20, 2020, from <https://www.scribd.com/doc/23397592/Metoda-ankete-upitnika-i-intervjuja-u-istraživačkom-procesu-u-saobraćaju>
- Miljković, D., & Rijavec, M. (2009). Važnost pozitivnih emocija u odgoju i obrazovanju. *Napredak : Časopis Za Pedagogijsku Teoriju i Praksu*, 150(3–4), 488–506. Retrieved from https://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=123260
- Munjas Samarin, R., & Takšić, V. (2009). Programi za poticanje emocionalne i socijalne kompetentnosti kod djece i adolescenata. *Suvremena Psihologija*, 12(2), 355–371.

- Oatley, K., & Jenkins, J. M. (2003). *Razumijevanje emocija*. Naklada Slap.
- Pavlović, J. (2011). Emocionalna pedagogija i obrazovanje emocija. Retrieved April 2, 2020, from <http://www.pedagogija.hr/ekvilibrij/emocionalna-pedagogija-i-obrazovanje-emocija.html>
- Penić, A. (2019). *Spol, emocionalna kompetentnost i neki pokazatelji akademske prilagodbe kod djece osnovnoškolske dobi*. 85–104.
- Rijavec, M. (2015). Treba li sreću poučavati u školi? *Croatian Journal of Education*, 17(1), 229–240. <https://doi.org/10.15516/cje.v17i0.1487>
- Salovey, P., & Sluyter, D. J. (1999). *Emocionalni razvoj i emocionalna inteligencija: pedagoške implikacije*. Zagreb: Educa.
- Takšić, V., Mohorić, T., & Munjas, R. (2006). Emocionalna inteligencija: teorija, operacionalizacija, primjena i povezanost s pozitivnom psihologijom.
- Živković, Ž. (2004). *Emocije u razredu* (M. Rečić, Ed.). Đakovo: Tempo.

PRILOZI

Suglasnost za roditelje

Poštovani roditelji/skrbnici!

Za potrebe diplomskog rada studentice Dorije Gosarić provodimo istraživanje na temu "*Uloga emocija u nastavi primarnog obrazovanja*". Cilj ovog istraživanja je ispitati koliko emocije utječu na učenikovu koncentraciju te na samo učenje.

Podaci dobiveni u ovom istraživanju bit će strogo povjerljivi i čuvani. Svi izvještaji nastali na temelju ovog istraživanja koristit će rezultate koji govore o učenicima 4. razreda (nigdje se neće navoditi rezultati pojedinačnog sudionika). Učenici će odgovarati na anketna pitanja, a ispunjavanje ankete trajat će oko 10 minuta. Anketnim upitnikom će se ispitivati što učenici misle o emocijama u nastavi. Svakom pojedinom učeniku je zagarantirana anonimnost u istraživanju (neće se saznati tko je što ispunjavao, niti će učenici na anketne upitnike pisati svoja imena i prezimena). Također, učenici će u bilo kojem trenutku moći odustati od istraživanja (tijekom ispunjavanja anketnog upitnika), bez obzira jesu li roditelji dali suglasnost da njihovo dijete sudjeluje u istraživanju. Na ovaj način čuvamo učenikov integritet i dostojanstvo.

Dozvolu za ispitivanje dobili smo od ravnatelja škole, a prije ispitivanja željeli smo Vas kao roditelje/skrbnike obavijestiti o istraživanju i zatražiti Vašu suglasnost.

Također, Vašoj djeci ćemo pobliže objasniti svrhu ispitivanja, odgovoriti na njihova pitanja, te ih zamoliti i za njihov pristanak za sudjelovanje u istraživanju. Nakon toga, ispitivanje će se obaviti samo na onim učenicima koji su pristali sudjelovati.

Ukoliko imate ikakva pitanja možete kontaktirati diplomanticu (*Doria Gosarić*) na sljedeći telefonski broj (0996944335).

SUGLASNOST

Ja, _____ (*upisati ime i prezime roditelja*),
roditelj/skrbnik učenika _____
(*upisati ime učenika te razred*) suglasan sam da moje dijete (gore navedeno)
sudjeluje u navedenom istraživanju, uz pridržavanje Etičkog kodeksa i uz zaštitu
tajnosti podataka (*molim, zaokružite DA ukoliko ste suglasni da dijete sudjeluje u*
istraživanju, a NE ukoliko to ne želite).

DA NE

(potpis roditelja/skrbnika)

Anketni upitnik

ANKETA

Anketa je potpuno anonimna i dobrovoljna te će se koristiti isključivo u svrhu pisanja diplomskog rada. Anketirat će se stotinjak učenika 4. razreda osnovne škole. Molim te da iskreno odgovoriš na sva postavljena pitanja. Unaprijed zahvaljujem na suradnji!

Ispunjavanje ankete traje otprilike 10 minuta.

1. Spol (zaokruži): M Ž
2. Dob (navedi): _____
3. Zaključna ocjena na kraju prethodne školske godine (navedi): _____

Za svaku od dolje navedenih tvrdnji, zaokruži samo JEDAN odgovor koji se najviše odnosi na tebe.

4. Kad mi je teško
 - a) odgađam učenje.
 - b) plačem i ne mogu se koncentrirati na ništa drugo.
 - c) učim bez ikakvog problema.
 - d) pokušam se smiriti i nastaviti s učenjem.
5. Kad dobijem odličnu ocjenu
 - a) ponosan/ponosna sam na sebe i motiviran/na sam za daljnji rad.
 - b) opustim se i uopće više ne učim.
 - c) svejedno mi je.
6. Kad dobijem lošu ocjenu
 - a) plašim se reakcije roditelja.
 - b) shvaćam da nisam dovoljno učio/la.
 - c) rasplačem se i ne želim ni s kim razgovarati.
 - d) svejedno mi je.
7. Kad me učitelj/ica opomene
 - a) osjećam sram i neugodu.
 - b) odmah nastojim popraviti svoje ponašanje.
 - c) ne slušam ju i nastavljam raditi ono što sam i radio/la.
 - d) osjećam ljutnju prema učitelju/ici.

8. Kad sam sretan/sretna

- a) imam veliku volju za učenjem.
- b) odgađam učenje.
- c) ne mogu se koncentrirati na učenje.

9. Svoje osjećaje

- a) skrivam i potiskujem.
- b) lako izražavam.
- c) izražavam samo pred bliskim ljudima.

10. Uzrok svojih osjećaja

- a) teško prepoznajem.
- b) lako prepoznajem.
- c) ne zanimaju me moji osjećaji.

11. Kad ne shvaćam neki zadatak

- a) odustanem od njega.
- b) tražim pomoć od starijih.
- c) ljutim se i izgubim koncentraciju.
- d) trudim se tako dugo dok ga ne shvatim.

12. Prije pisanja ispita znanja

- a) osjećam se uznemireno i nelagodno.
- b) osjećam strah.
- c) iako sam sve naučio/la, osjećam nelagodu i strah.
- d) ne osjećam ništa, svejedno mi je.

13. Raspoloženje svog prijatelja/ice

- a) lako prepoznajem.
- b) ne zamaram se njihovim raspoloženjem.
- c) ne mogu prepoznati njihovo raspoloženje.

14. Kad prijatelj/ica dobije bolje ocjenu od mene

- a) osjećam ljubomoru.
- b) ljutim se na nju/njega.
- c) sretan/na sam zbog nje/njega.
- d) osjećam motivaciju za učenjem kako bih ja bio/la bolji/a.

Popis tablica

Tablica 1. Sekundarne i socijalne emocije u školi (Izvor: Chabot i Chabot, 2009, str. 41.)	6
Tablica 2. Broj i postotak ispitanika u odnosu na škole.....	21
Tablica 3. Spol ispitanika	22
Tablica 4. Dob ispitanika	22
Tablica 5. Zaključna ocjena na kraju prethodne školske godine	22
Tablica 6. Kad mi je teško.....	24
Tablica 7. Kad mi je teško/Spol	24
Tablica 8. Kad dobijem odličnu ocjenu	25
Tablica 9. Kad dobijem odličnu ocjenu/Spol.....	25
Tablica 10. Kad dobijem lošu ocjenu.....	26
Tablica 11. Kad dobijem lošu ocjenu/Spol	26
Tablica 12. Kad me učitelj/ica opomene.....	27
Tablica 13. Kad me učitelj/ica opomene/Spol	27
Tablica 14. Kad sam sretan/sretna	28
Tablica 15. Kad sam sretan/sretna/Spol	28
Tablica 16. Svoje osjećaje.....	29
Tablica 17. Svoje osjećaje/Spol	29
Tablica 18. Uzrok svojih osjećaja	30
Tablica 19. Uzrok svojih osjećaja/Spol.....	30
Tablica 20. Kad ne shvaćam neki zadatak	31
Tablica 21. Kad ne shvaćam neki zadatak/Spol.....	31
Tablica 22. Prije pisanja ispita znanja.....	32
Tablica 23. Prije pisanja ispita znanja/Spol	32
Tablica 24. Raspoloženje svog prijatelja/ice.....	33
Tablica 25. Raspoloženje svog prijatelja/iceSpol	33
Tablica 26. Kad prijatelj/ica dobije bolju ocjenu od mene	34
Tablica 27. Kad prijatelj/ica dobije bolju ocjenu od mene/Spol.....	34

Kratka biografska bilješka

Doria Gosarić rođena je 19. lipnja 1994. godine u Čakovcu. Osnovno obrazovanje je stekla u Osnovnoj školi Sveta Marija. Od prvog do četvrtog razreda pohađala je Područnu školu Donji Mihaljevec, a od petog do osmog razreda Osnovnu školu Sveta Marija. Nakon osnovnoškolskog obrazovanja upisuje Ekonomsku i trgovačku školu Čakovec, smjer upravni referent, koju završava 2013. godine. Učiteljski fakultet – Odsjek u Čakovcu, Učiteljski studij, modul informatika upisuje 2015. godine. Kroz studij stručno – pedagošku praksu obavljala je u Područnoj školi Donji Mihaljevec.

Izjava o samostalnoj izradi rada

IZJAVA

Kojom ja, Doria Gosarić, OIB:62591684150 izjavljujem da sam diplomski rad pod naslovom *Uloga emocija u nastavi primarnog obrazovanja* izradila sama, uz mentorstvo doc.dr.sc. Tomislava Topolovčana.
