

Dječja književnost kao poticaj za razvoj vrlina i snaga

Bezjak, Bruna

Master's thesis / Diplomski rad

2023

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:147:742659>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-10**

Repository / Repozitorij:

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



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

Bruna Bezjak

**DJEČJA KNJIŽEVNOST KAO POTICAJ ZA RAZVOJ
VRLINA I SNAGA**

Diplomski rad

Petrinja, rujan, 2023.

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

Bruna Bezjak

**DJEČJA KNJIŽEVNOST KAO POTICAJ ZA RAZVOJ
VRLINA I SNAGA**

Diplomski rad

Mentori rada:

doc. dr. sc. Lana Jurčec

Božica Vuić, prof.

Petrinja, rujan, 2023.

Sažetak

Ovaj rad daje prikaz ljudskih vrlina i snaga te kako je došlo do klasifikacije vrlina i snaga koja se koristi danas u psihologiji, nakon što se godinama psihologija bavila najviše problemima i bolestima. Klasifikacija vrlina i snaga u radu se temelji na VIA klasifikaciji ljudskih vrlina i snaga koju su identificirali Martin Seligman i Christopher Peterson 2004. godine. Utvrdili su šest osnovnih vrlina a svaku od njih određuju njezine snage, kojih je ukupno dvadeset i četiri. Temeljne ljudske vrline su: mudrost i znanje, odvažnost, humanost, pravednost, umjerenost, transcendentnost.

Obzirom na odgojno-obrazovnu ulogu škole, učitelji bi trebali poticati svoje učenike na korištenje vrlina te ih učiti o njima i njihovoj dobrobiti kroz različite aktivnosti. Predmeti koji su najpogodniji za učenje o vrlinama su povijest i književnost zbog narativne prirode u kojoj uvijek postoji neka vrлина ili mana koja je pokretač glavnog lika.

Cilj ovog kvalitativnog istraživanja je ispitati kako učenici shvaćaju i prepoznaju vrline u svome životu. Istraživanje je provedeno s učenicima jednog četvrtog razreda, koji su pomoću dječje književnosti bili motivirani za razgovor o vrlinama i snagama poput timskog duha, mudrosti, velikodušnosti, zahvalnosti, opraštanju i iskrenosti te rješavanje upitnika, u kojemu su prepoznavali situacije u kojima koriste navedene vrline te opisivali značenje vrlina svojim riječima. Rezultati istraživanja pokazuju kako učenici najviše vole koristiti vrline timskog duha, a nakon provedenog istraživanja, najviše su koristili iskrenost. Također istraživanja pokazuju kako se literarnom komunikacijom s književnim tekstovima ostvaruje odgojna zadaća koja se temelji na učenju o vrlinama i snagama.

Ključne riječi: književnost, pozitivna psihologija, snage, vrline

Summary

This thesis provides an overview of human virtues and strengths and explain the history of virtues, specifically on how is the classification of virtues and strengths used in psychology today, in contrast to previous usage of psychology, which was primarily focused on problems and illnesses for years. The classification of virtues and strengths in this paper is based on the VIA classification of human virtues and strengths identified by Martin Seligman and Christopher Peterson in 2004. They established six main virtues defined by their twenty four character strengths. Main human virtues are: wisdom and knowledge, courage, humanity, justice, moderation and transcendence.

Due to educational role of school, all teachers should encourage their students to discover their own virtues, and also teach them how to use their virtues throughout various activities in order to discover true benefits. Subjects most suitable for learning about virtues are history and literature. Due to their narrative nature, in which there is always main character that is driven by his/hers virtues or flaws.

The goal of this qualitatively research is to examine how students perceive and recognize virtues in their own lives. The research was conducted with fourth-grade students who were motivated to discuss virtues and strengths like team spirit, wisdom, gratitude, generosity, forgiveness, and honesty, by using children's literature and completing a questionnaire. In the questionnaire they identified situations in which they used these virtues and described the meaning of virtues in their own words. Results of research show that students are most likely to use virtue of team spirit, and after this research was conducted, they were most likely to use the virtue of honesty. The research results also show that through education, specifically learning the literature, students can be encouraged to upbringing by their teachers which is based on learning about virtues and strengths.

Key words: virtues, strengths, positive psychology, literature

Sadržaj

1. VIA klasifikacija ljudskih snaga i vrline.....	2
1.1. Mudrost i znanje.....	5
1.2. Odvažnost.....	6
1.3. Humanost.....	8
1.4. Pravednost.....	8
1.5. Umjerenost.....	9
1.6. Transcendentnost.....	10
2. Vrline u odgojno-obrazovnom procesu.....	12
2. 1. Razvoj pismenosti vrline kroz dječju književnost	13
3. Cilj istraživanja i istraživačka pitanja	15
4. Metoda istraživanja	15
5. Rezultati istraživanja.....	16
5.1. Timski duh	16
5.2. Mudrost	18
5.3. Zahvalnost	20
5.4. Velikodušnost	22
5.5. Oprost.....	23
5.6. Iskrenost	25
5.7. Zaključni dio istraživanja	27
6. Rasprava	28
7. Zaključak.....	32
8. Literatura	34

Uvod

Na spomen psihologije obično se pomišlja na sve ono negativno što psihologija proučava, kao što su anksioznost, depresija, ovisnosti i sl. Pokret pozitivne psihologije započeo je navedene godine kada Seligman postaje predsjednik Američkog psihološkog društva. Kritizirajući dotadašnji razvoj psihologije, navodi kako se, uz proučavanje mentalnih bolesti, treba posvetiti i istraživanju o uvjetima koji dovode do sreće i zadovoljstva u životu. Cilj pozitivne psihologije je istražiti što ljudi rade dobro i kako to uspijevaju učiniti, bilo da se radi o njima, njihovim obiteljima ili zajednici u kojoj žive (Rijavec i sur., 2008). Osnivači pozitivne psihologije Seligman i Csikszentmihalyi (2000, prema Plaza Leutar, 2021) uočili su kako su fenomeni poput dobrobiti, sreće i uspješne prilagodljivosti bili istraživački zanemareni te kako zaslužuju veću pozornost, posebice zbog njihove dobrobiti za psihičko i fizičko zdravlje pojedinca i napretka društva. Sukladno tome, pozitivna psihologija se usmjerava na proučavanje triju međusobno povezanih područja: pozitivna subjektivna iskustva, poput dobrobiti, zadovoljstva životom, sreće, zanesenosti, nade i optimizma; pozitivne individualne osobine, poput mudrosti, odvažnosti, humanosti, pravednosti, umjerenosti i transcendentnosti te pozitivne institucije (poput zdravih obitelji, zdravih radnih uvjeta, pozitivnih zajednica i institucija) koje omogućuju razvoj pozitivnih osobina i pozitivna iskustva.

U ovome radu pozornost je usmjerena na pozitivne individualne osobine, odnosno ljudske vrline i snage, počevši od povijesnoga pregleda njihova proučavanja.

1. VIA klasifikacija ljudskih snaga i vrlina

Vrline su oduvijek bile predmet proučavanja u različitim kulturama i religijama. Današnja je klasifikacija vrlina proizašla upravo iz njih. Peterson i Seligman (2004) su iscrpnim istraživanjima različitih kultura i religija došli do popisa vrlina koje su „univerzalne“, odnosno cijjenjene u svim kulturama i religijama. S obzirom da je teško obuhvatiti sve kulture i religije, autori su se fokusirali na one najraširenije – konfucijanizam u Kini, budizam i hinduizam u sjevernoj Aziji, Antičku Grčku, kršćanstvo i islam. Kršćanstvo ističe vjeru, ufanje i ljubav kao najveće kreposti, a sama Biblija je prepuna vrlina koje su dio suvremene podjele. „Ljubav je velikodušna, dobrotiva je ljubav, ne zavidi, ljubav se ne hvasta, ne nadima se; nije nepristojna, ne traži svoje, nije razdražljiva, ne pamti zlo; ne raduje se nepravdi, a raduje se istini...“ (Prva poslanica Korinćanima 13, 4-6, Biblija). Može se uočiti kako poslanica govori o vrlinama koje se danas cijene, a to su ljubav, velikodušnost, dobrota, skromnost, iskrenost i sl. Greb (2020) daje sažet pregled na povijest ljudskih vrlina i snaga te uspoređuje viđenja različitih kultura. Prva klasifikacija koju u svojoj knjizi predstavlja je ona kineskog reformatora i filozofa Konfucija (551. – 479. pr. Kr.). Autor ističe kako konfucijanizam uči o pet temeljnih vrlina, a to su dobronamjernost, pravednost, pridržavanje društvenih pravila, rituala i običaja, znanje i integritet. Osim tih glavnih vrlina, navode se i odanost, poštivanje starijih i briga za roditelje, iskrenost, opraštanje, skromnost, hrabrost te ljubaznost. Da je Konfucije bio čovjek ispred svog vremena, vidi se iz njegove ideje da bi se vlast trebala više usmjeriti na nagrađivanje dobrog, a manje na kažnjavanje lošeg ponašanja. Budizam vrline shvaća kao božanska stanja i dijeli ih na ljubav i ljubaznost, samilost, radosni stav i prihvaćanje dobrog i lošega (Greb, 2020). Autor još navodi i shvaćanje vrlina u Antičkoj Grčkoj počevši od Platona (428./427. ili 424./423. – 348./347. pr. Kr.) koji smatra umjerenost, hrabrost, razboritost i pravednost ključnim ljudskim vrlinama.

Vrlina je stečena i postojana karakterna osobina ili dispozicija koja predstavlja osnovu za vrjednovanje. Suprotnost joj je mana ili porok.¹ (Hrvatska enciklopedija, 2023) Vrline su glavne karakteristike koje su cijenili moralni filozofi i religiozni mislioci: mudrost, hrabrost, humanost, pravednost, umjerenost, transcendentnost. Ovih šest općih kategorija vrlina iznova se pojavljuju u povijesnim istraživanjima. One su univerzalne, vjerojatno utemeljene u biologiji kroz evolucijski proces koji je odabrao ove aspekte izvrsnosti kao sredstva rješavanja važnih

¹ vrlina. Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje. Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2023. Posjećeno 10.7.2023. <<https://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=65516>>

zadataka potrebnih za opstanak vrste. Vjeruje se da sve ove vrline moraju biti iznadprosječno razvijene kod osobe kako bi se smatralo da je ona dobrog karaktera (Peterson i Seligman, 2004).

Peterson i Seligman (2004) snage karaktera objašnjavaju kao psihološke procese i mehanizme koji definiraju vrlinu. One su pozitivni dijelovi ličnosti koji utječe na mišljenje, emocije i ponašanje pojedinca. Tako će primjerice vrlina pravednosti biti ostvarena kroz svoje snage jednakosti, poštenja, moralnosti, vođenja te timskog duha. Trogodišnjim istraživanjem VIA Instituta snaga karaktera (eng. The Values in Action), u kojem je sudjelovalo 55 znanstvenika vođenih od strane Christopher Petersona i Martin Seligmana, identificirane su 24 karakterne snage grupirane u 6 temeljnih vrlina:

- mudrost i znanje – kreativnost, radoznalost, otvorenost uma, ljubav prema učenju, perspektiva (mudrost)
- odvažnost – autentičnost, iskrenost, hrabrost, upornost, vitalnost
- humanost – ljubaznost i velikodušnost, ljubav, osobna, socijalna i emocionalna inteligencija
- pravednost – jednakost, poštenje, moralnost, vođenje, timski duh
- umjerenost – opraštanje, skromnost, razboritost, samoregulacija
- transcendentnost – poštovanje ljepote i izvrsnosti, zahvalnost, nada i optimizam, smisao za humor, spiritualnost (Peterson i Seligman, 2004).

Kako bi osobina ušla u klasifikaciju snaga, trebala je zadovoljiti određene kriterije (Peterson, i Seligman, 2004):

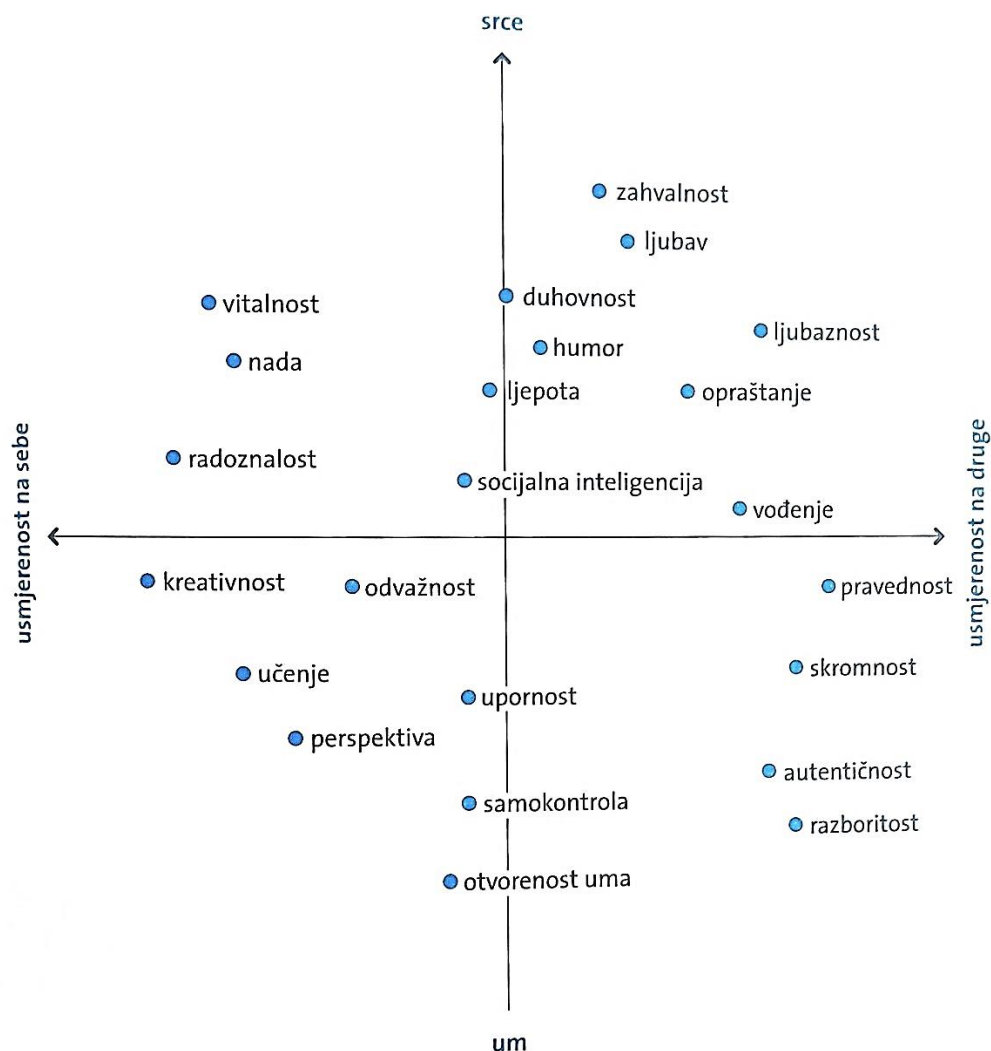
1. cijeni se u različitim kulturama i postoje društvene institucije koje potiču njezin razvoj
2. postoje pojedinci kod kojih je jako razvijena te oni koji je uopće nemaju
3. ima jasnu suprotnost, npr. zahvalan i nezahvalan
4. ne ponižava niti slabi druge ljude
5. ima moralnu vrijednost
6. mjerljiva je i ne preklapa se s drugom snagom ili vrlinom

Snage su prikazane (Slika 1) u odnosu na dvije dimenzije – snage srca/uma i usmjerenost na sebe/druge (Peterson, 2006). Snage uma i srca imaju recipročan odnos. Što je određena vrlina bliža srcu, udaljenija je od uma i obrnuto. Usmjerenost na sebe i na druge također je recipročna i što je osoba više usmjerena na sebe, manje je usmjerena na druge i obrnuto. Ljudske vrline

imaju jasnu poziciju po pitanju snage uma i srca ili usmjerenosti na sebe ili druge. Što je više razvijenija jedna snaga, manja je vjerojatnost da je druga snaga razvijenija (Rijavec i sur., 2008). Na primjer, može se primijetiti kako se duhovnost nalazi na samoj osi, što znači da je duhovnost usmjerena prema sebi ali i prema drugima. Nalazi se visoko na osi srca jer se duhovnost veže uz osjećaje i vjeru, a ne znanje i um. Recipročno duhovnosti, najdalja joj je vrlina otvorenost uma, koja se nalazi najbliže samom umu jer tu vrlinu karakterizira razmišljanje i promatranje sa svih strana. Za vrline koje su blizu jedna drugoj, kao što su zahvalnost i ljubav, vjerojatnije je da će obje biti izražene kod jedne osobe.

Slika 1.

Međusobni odnos ljudskih snaga



Napomena. Prilagođeno iz *Pozitivna psihologija: znanstveno istraživanje ljudskih snaga i sreće*, Rijavec, M. i sur., 2008, IEP.

1.1. Mudrost i znanje

Miljković i Rijavec (2006a) mudrost i znanje objašnjavaju kao kognitivne vrline koje uključuju stjecanje i korištenje znanja. „Mudrost“ i „znanje“ opće su poznate vrline, ali različito se interpretiraju. Mudrost se često povezuje s godinama, a znanje s usvojenim informacijama. Vrlina mudrosti i znanja je zapravo iskustvo koje osoba koristi na ispravan način – u poticanju dobrote i rješavanju problema. Tu vrlinu karakterizira pet snaga, a to su kreativnost, radoznalost, otvorenost uma, ljubav prema učenju te mudrost.

Ljudi se svakodnevno suočavaju s različitim problemima i izazovima, kako u privatnom, tako i poslovnom životu. Upravo kroz različite ideje za rješenje tih problema očituje se ljudska kreativnost. Miljković i Rijavec (2006b) objašnjavaju da je kreativna ona ideja koja zadovoljava dva uvjeta. Prvi je da je originalna ili neobična, a drugi je da ta ideja pozitivno pridonosi životu te osobe i drugih ljudi. Autorice također navode da kreativnost ima dvije koristi - uspješno rješavanje problema i opće zadovoljstvo. Može se zaključiti kako su kreativniji ljudi sretniji, upravo zbog lakog rješavanja problema.

Seligman i Peterson (2004) tvrde kako radoznalost pojedinca upućuje na njegovu unutarnju želju za iskustvom i znanjem. Radoznalost uključuje aktivno prepoznavanje, potragu i reguliranje vlastitog iskustva u svakodnevnom životu. Može se zaključiti da je radoznalost zapravo otvorenost prema novim životnim iskustvima. Neke od pozitivnih posljedica radoznalosti su: pozitivan utjecaj na društvene i ljubavne odnose, lakše rješavanje problema te bolji akademski i poslovni uspjeh (Miljković i Rijavec, 2006a). Miljković i Rijavec (2006a) navode kako su prvi filozofi i vjerski mislioci raspravljali su o radoznalosti više s aspekta njene moralne strane nego psihološke prirode. Razlog tome je velika razlika jeste li radoznali tako da vas zanima nešto što vas se ne tiče ili vas zanimaju istraživanja koja bi vam pomogla proširiti vaše znanje.

Otvorenost uma se može definirati kao temeljito razmišljanje i promatranje stvari i situacija sa svih strana, a poistovjećuje se s terminom kritičkog mišljenja (Peterson i Seligman, 2004). Rijavec i sur. (2008) navode kako osobe koje kritički misle teže se pokolebaju, lakše podnose sugestiju i teže je manipulirati njima. Te su osobe sposobne predvidjeti tuđe ponašanje i lakše uviđaju svoje negativne osobine. Također, spremni su na nove situacije u životu jer iz njih uče o sebi, ali i drugim ljudima.

Ljubav prema učenju je otvorenost ovladavanju novim vještinama, temama i znanjima, bilo samostalno ili formalno. Povezano je sa snagom znatiželje, ali ju krasi tendencija sustavnog dodavanja novih znanja (Peterson i Seligman, 2004). Rijavec i sur. (2008) osobu koja ima izraženu ljubav prema učenju opisuju kao onu koja se lakše snalazi u svakodnevnim situacijama tijekom svog cijelog života. Ona reagira bolje u teškim i nepredvidivim situacijama te može uspješno unaprijediti okolinu u kojoj se nalazi. Iz navedenog je vjerojatnije da će takva osoba osjećati zadovoljstvo i sreću kroz životne događaje.

Iako se sama vrlina naziva „mudrost i znanje“, nužno je spomenuti mudrost kao njezinu snagu. Peterson i Seligman (2004) ju objašnjavaju kao način gledanja na svijet koji ima smisla samoj osobi i drugima oko nje. Koprek (2007) tvrdi da su stari Grci mudrost smatrali načinom življenja, mišljenja i djelovanja u skladu s vrhovnim moralnim načelima. Danas se mudrost najčešće povezuje s iskustvom. Mudrost se tradicionalno smatra vrhuncem ljudskoga razvoja i općenito se smatra jednim od važnih pozitivnih ishoda starenja. Provedeno je istraživanje

1.2. Odvažnost

Rijavec i suradnice (2008) snage odvažnosti objašnjavaju kao emocionalne snage koje uključuju korištenje volje za postizanje cilja unatoč unutarnjim ili vanjskim poteškoćama. Odvažnost se često poistovjećuje s hrabrošću, ali odvažnost ne znači samo nedostatak straha, već i upornost pri susretanju s poteškoćama, kao i vjerodostojnost. Upravo zato, vrlinu odvažnosti opisuju njezine snage, a to su autentičnost, hrabrost, upornost, vitalnost i iskrenost.

Autentičnost je predstavljanje sebe u pravom svijetlu, bez pretvaranja (Peterson i Seligman, 2004). Ljudi često s ciljem da budu prihvaćeni od drugih gube svoju autentičnost, a Bilić i suradnici (2019) objašnjavaju kako autentičnost nikad ne može biti apsolutna jer okolina ne dopušta i ne može prepoznati sve moguće spontane manifestacije osobe. Dakle, da bi osoba bila autentična, trebala bi u svakom trenutku biti svoja i iskrena iako se u svakodnevnim situacijama nikada neće razotkriti u potpunosti.

Hrabrost je ne uzdržavanje od prijetnji, izazova, poteškoća ili boli; zauzimanje za ono ispravno i ako postoji opozicija; djelovanje na temelju uvjerenja čak i ako je nepopularno; uključuje fizičku hrabrost, ali nije ograničena na nju (Peterson i Seligman, 2004). Guardini (2007) navodi kako se hrabrost ne odnosi na trenutačno, već opće raspoloženje, odnosno na nečiji stav prema

životu. Razlikujemo fizičku hrabrost (sposobnost suočavanja s rizikom od ozljeda) te moralnu hrabrost (sposobnost da se brani svoje mišljenje iako ono može biti u suprotnosti s mišljenjem drugih ljudi).² U hrabrosti se može i pretjerati, jer ako prevelika hrabrost znači odsustvo straha, onda osoba zbog prevelike hrabrosti može stradati.

Peterson i Seligman (2004) upornost opisuju kao završavanje započetog, ustrajanje bez obzira na prepreke. Upornost je bitna kako bi ljudi ostvarili svoje ciljeve i zbog toga bili zadovoljni. Miljković i Rijavec (2006a) opisuju upornu osobu kao onu koja svojom voljom nastavlja neku ciljnu aktivnost bez obzira na poteškoće. Autorice navode kako upornost povećava zadovoljstvo, znanja, vještine i samopouzdanje. Ključno je raspoznati je li cilj ostvariv kako bi upornost bila isplativa. Navode najvažniji faktor u razvoju upornosti u primjerice učenju je da se početni neuspjesi pripisuju nedovoljnom ulaganju napora.

Peterson i Seligman (2004) vitalnu osobu opisuju kao nekog čija se živost i duh ne izražavaju samo u osobnoj produktivnosti i aktivnosti, već tu pozitivnu energiju zarazno prenose na druge oko sebe. Riječ vitalnost također označava nečije dobro fizičko stanje i odsustvo bolesti, a u psihičkom i mentalnom smislu opisuje ljude koji imaju snažnu energiju koja im pomaže u svakodnevnim izazovima. Miljković i Rijavec (2006a) upozoravaju kako nije svaka energija pozitivna. Dakle, ako je osoba puna negativne energije zbog ljutnje, ona nije vitalna. Vitalna je ona osoba koja je puna pozitivne energije koja ju potiče na akciju.

Peterson i Seligman (2004) izjednačuju iskrenost i autentičnost i opisuju kao predstavljanje sebe u pravom svijetlu. Hrvatski jezični portal navodi kako je iskren onaj koji otvoreno izražava ili govori ono što misli i osjeća, koji nije lažljiv; otvoren je.³ Istraživanja su pokazala kako iskrene osobe obično imaju jače intrinzične težnje uključujući samoprihvatanje, pripadnost i osjećaj zajedništva u odnosu na manje iskrene. Iskrenost pozitivno utječe na dobrobit pojedinca – na njegov osobni rast, pozitivne odnose s drugima i smisao života (Le i sur., 2022).

² Preuzeto s web stranice Nastavnog zavoda za javno zdravstvo dr. Andrija Štampar <https://www.stampar.hr/hr/novosti/hrabrost>

³ https://hjp.znanje.hr/index.php?show=search_by_id&id=fVljXhc%3D

1.3. Humanost

Pod vrlinu humanosti spadaju interpersonalne snage koje uključuju brigu i prijateljski odnos prema drugima (Rijavec i sur., 2008). Humana osoba ima razvijenu empatiju koja je izraženija od suosjećanja. Te osobe stavljaju tuđe potrebe ispred svojih. To su bezuvjetna djela jer ni poteškoće ne sprječavaju tu osobu da ostvari svoj cilj. Njezine snage su ljubav i socijalna inteligencija i velikodušnost.

Ljubav je vrednovanje bliskih odnosa s drugima, posebno onih u kojima su dijeljenje i briga uzvraćeni (Peterson i Seligman, 2004). Ljubav se iskazuje bezuvjetnim davanjem sebe s ciljem razvijanja bliskih odnosa s drugim ljudima. Hazen (2004, prema Rijavec i sur., 2008) navodi kako postoje četiri tipa ljubavi: ljubav prema roditeljima, ljubav prema djeci, romantična ljubav te prijateljska ljubav. Ono što je zajedničko svim tipovima je da povećavaju osjećaj dobrobiti.

Prema Petersonu i Seligmanu (2004) socijalna inteligencija je svjesnost vlastitih motiva i osjećaja te motiva i osjećaja drugih ljudi te lako uklapanje u različite društvene situacije. Jedno od bitnih obilježja je stavljanje sebe u poziciju drugih. Svakako se odnosi na postizanje odnosa s drugim ljudima, pri čemu je bitna društvena prilagodljivost. Miljković i Rijavec (2006a) navode kako socijalna i emocionalna inteligencija ne idu jedna bez druge, a ljudi koji imaju izražene te inteligencije su snalažljiviji, spontaniji i prirodni. Koristi socijalne inteligencije su jasniji i zdraviji odnosi te uspješno izbjegavanje nesuglasica.

Velikodušnost je činjenje usluga i dobrih djela za druge, pomaganje i briga za njih (Peterson i Seligman, 2004). Isaacs (2012) navodi kako se velikodušnost očituje u nesebičnim i radosnim postupcima u korist drugih. Ti su ljudi svjesni vrijednosti svoje pomoći i skloni su pomoći unatoč činjenici da bi ih ona mogla stajati napora ili vlastitog gubitka. Ona ne podrazumijeva odricanje od onoga čega se osoba svakako planirala odreći, već odricanja s iskrenim ciljem pomaganja drugome.

1.4. Pravednost

Isaacs (2012) navodi kako osobe koje su pravedne uvijek nastoje pružiti drugima ono što im pripada kao njihovo pravo i gledaju da i drugi čine isto. Dakle, pravedna osoba postiže taj mir

zbog svojih ispravnih odluka i čiste savjesti. Pravednost se sastoji od građanskih snaga koje čine osnovu dobrog života u zajednici (Greb, 2020). Pravednost kao takvu odlikuju snage jednakosti, poštenja i moralnosti, vođenja i timskog duha.

Peterson i Seligman (2004) poštenje (jednakost, moralnost) objašnjavaju kao tretiranje svih ljudi jednako i pravedno. Miljković i Rijavec (2006a) navode kako je poštenje rezultat moralne prosudbe temeljene na pravdi i brizi o drugome jer upravo se kroz poštenje prepoznaje što je moralno dobro. Poštena osoba ima razvijen osjećaj za jednakost te smatra sve osobe jednakima. Odgoj i obrazovanje usmjereni su na učenje poštenja jer se kroz poštenje djeca uče odgovornosti. Samo poštenje prema drugima unapređuju odnose društva te njegovih individualnih pripadnika (Isaacs, 2012).

Peterson i Seligman (2004) objašnjavaju vođenje kao osobnu vrlinu koja se odnosi na integriranu konstelaciju kognitivnih i temperamentnih atributa. Ono je orijentirano na utjecaj, pomaganje drugima, usmjeravanje i motiviranje kako bi kolektivni uspjeh bio bolji. Sposobnost vođenja se razvija od malih nogu jer svaka grupa ima potrebu za dobrim vođom koji teži napretku i ostvarivanju zajedničkih ciljeva. (Miljković i Rijavec, 2006a). Takve su osobe veliki motivatori koji unapređuju cijelu grupu.

Timski duh Peterson i Seligman (2004) objašnjavaju kao dobro snalaženje u grupi ili timu i lojalnost. Tim predstavlja manju grupu ljudi u radnom ili poslovnom procesu koji su povezani određenim ciljevima i interesima članova, zajedničkom misijom i zadacima za koje se smatraju zajednički odgovorni (Miljković i Rijavec, 2007). Rad u timu karakterizira zajedništvo u smislu da svaki član ponudi svoje sposobnosti i znanja kako bi se efikasnije i brže došlo do cilja. Osobe koje rade u grupi trebale bi doprinositi radu jednako, s tim da svaka osoba u rad unosi nešto svoje. Tu je ključna svjesnost o svojim mogućnostima i priznavanje grešaka.

1.5. Umjerenost

Umjerenost štiti čovjeka od pretjerivanja, a tko vodi računa o svojim emocijama i postupcima svakako ima dobru samokontrolu (Miljković i Rijavec, 2006a). Pod umjerenost spadaju snage koje štite od eksczesnog ponašanja, a to su skromnost, razboritost, samoregulacija i opraštanje.

Skromnost je puštanje da nečija postignuća govore sama za sebe; ne traženje svjetla reflektora (Peterson i Seligman, 2004). Skroman čovjek će se lakše oduprijeti raznim oblicima ovisnosti

te će kroz svoju poniznost ispravnije odlučiti o onome što je za njega korisno. Skromnost se očitava u zadovoljstvu osobe s onime što ima i ispravnom slikom vrijednosti različitih stvari.

Razboritost je opreznost u izborima, izbjegavanje nepotrebnih rizika (Peterson i Seligman, 2004). Razboritost podrazumijeva optimizam i realnu sliku same situacije u kojoj se nalaze. Samodisciplina i samoostvarivost kroz razboritost omogućuju bolje planove za budućnost (Rijavec i sur., 2008).

Samoregulacija ili samokontrola je reguliranje osjećaja i djela, discipliniranost i kontroliranje vlastitih apetita i emocija (Peterson i Seligman, 2004). Još od ranije dobi, osoba ima priliku razvijati samokontrolu jer je ona nužna u svim životnim situacijama. Kroz ispravan autoritet, odgoj i obrazovanje, djeca mogu naučiti kako razvijati samokontrolu.

Peterson i Seligman (2004) oprost objašnjavaju kao opraštanje onima koji su pogriješili, davanje drugih šansi i izbjegavanje osвете. Suština čina opraštanja je oslobađanje sebe od negativnih emocija koje nas vežu za određenu osobu. Ključno je shvatiti kako se prošlost ne može promijeniti, a ono što oprost pruža je lakše suočavanje i prihvaćanje prošlih događaja. Opraštanjem se ne podržava ponašanje druge osobe, oprost se odvija unutar osobe s ciljem oslobađanja od teških misli i emocija. Rijavec i suradnice (2008) govore kako je oprost temeljan odnos čovjeka prema čovjeku, a osobe koje znaju praštati su manje narcisoidne i iskazuju manje anksioznosti i depresije te su više prijateljski nastrojene.

1.6. Transcendentnost

Miljković i Rijavec (2006a) navode kako je transcendentnost različito shvaćena u filozofiji i religiji, ali ona sama svoje korijene povlači iz latinske riječi *transcedere*, što znači prestopiti, prijeći ili prekoračiti. To bi značilo prelaženje i nadilaženje granica. Transcendentnost se sastoji od snaga koje daju smisao životu, a te snage su uživanje u ljepoti i izvrsnosti, nada, smisao za humor, spiritualnost i zahvalnost.

Peterson i Seligman (2004) tvrde kako osobe koje uživaju u ljepoti i izvrsnosti imaju sposobnost pronaći, prepoznati i uživati u postojanju ljepote u fizičkom i društvenom svijetu. Cilj je primjećivati i uživati u malim stvarima. Tri tipa ljepote koje uočavaju su fizička ljepota, vještina (talent) i moralna dobrota. Takve osobe osjećaju strahopoštovanje, divljenje, čuđenje i ushićenost u svakodnevnim situacijama, kao što su šetnja šumom ili gradom, čitanje novina ili

romana, učenje ili gledanje sporta i filmova. Osobe koje uživaju u malim stvarima su zadovoljnije životom, lakše pronalaze smisao u životu i intenzivnije se povezuju s drugim ljudima (Miljković i Rijavec, 2006b).

Optimizam je očekivanje najbolje budućnosti i vjerovanje da je dobra budućnost nešto što se može postići (Peterson i Seligman, 2004). Istraživanja u pozitivnoj psihologiji su posebno usmjerena na nadu i optimizam jer takav pogled u budućnost dovodi osobu do pozitivnih očekivanja. Ako čovjek djeluje prema očekivanjima i samim time povećava vjerojatnost da se ciljevi ostvare, onda se može reći kako ima iskustvo nade i optimizma (Rijavec i sur., 2008). Takvu osobu izazovi i poteškoće ne sputavaju u ostvarenju ciljeva i krajnjeg zadovoljstva. Peterson i Seligman (2004) navode kako su optimistične osobe orijentirane prema budućnosti i to predstavlja njihov kognitivni, emocionalni i motivacijski stav prema budućnosti.

Humor je osobina ljudi koji se vole smijati i izmamiti osmijeh drugim ljudima (Peterson i Seligman, 2004). Rijavec i suradnice (2008) smisao za humor povezuju s visokim samopouzdanjem i manjim rizikom od depresije. Osobe koje imaju razvijenu ovu snagu bolje reagiraju u teškim trenucima i trenucima bolesti. Prema Freudovom shvaćanju dječja igra je izvor za svaki kasniji ljudski smijeh. Izražen smisao za humor ne znači neozbiljnost, već pronalaženje užitka u svakodnevnim situacijama i lakše podnošenje problema.

Spiritualnost ili duhovnost (religioznost) se odnosi na koherentna uvjerenja o višoj svrsi i značenju svijeta (Peterson i Seligman, 2004). Ona je univerzalna, što znači da postoji u svim kulturama, ali svaka ju kultura individualno doživljava, tumači i živi (Rijavec i sur., 2008). Važno je napomenuti da postoje ljudi koji su duhovni, ali nisu religiozni. To znači da vjeruju u viši smisao, ali ne pripadaju određenoj religiji. Prednost duhovnosti je shvaćanje prolaznosti i manja opsjednutost materijalnim stvarima, duhovne osobe su fokusirane na ono što je u njima, a ne oko njih.

Peterson i Seligman (2004) zahvalnost opisuju kao svijest o dobrim stvarima koje se događaju. Kroz zahvalnost se pokazuju uvažavanje drugoga, a zanimljivo je kako se može osjetiti godinama nakon događaja ili niza događaja koji su razlog trenutne zahvalnosti. Zahvalnost utječe na sve sfere čovjekova života i doprinosi emocionalnoj, fizičkoj i socijalnoj dobrobiti. Rezultati raznih istraživanja potvrđuju ove tvrdnje. Ljudi koji su zahvalni razmišljaju optimističnije kada gledaju na budućnost (Emmons, 2007).

2. Vrline u odgojno-obrazovnom procesu

Budući da djeca i mladi dio svojega dana žive izvan obiteljskog doma, odnosno u školskom okruženju, postaje sve važnije učiniti ga ugodnim i zdravim, kako s materijalne točke gledišta, tako i s gledišta međuljudskih odnosa, a sve to zbog prioriteta dobrobiti učenika. Unutar okvira funkcija i zadaća škole nužni su i programi koji imaju za cilj promicanje dobrobiti učenika (Plaza Leutar, 2021). Isaacs (2012) pak ističe kako je školama problematično uvesti odgoj djece vrlinama jer su uvriježena stajališta da za sve mora postojati neki opći plan i program. Kod ljudskih vrлина je to kompleksno jer svako dijete ima drugačiji karakter i sklono je prakticiranju nekih vrлина više, a nekih manje. Tako neko dijete može biti jako radoznalo, a s druge strane mu je teško biti iskren. Tu dolazi do potrebe za individualnim pristupom svakom djetetu, ali bitno je poticati osobni razvoj svakog pojedinca ovisno o njegovom karakteru. Drugi problem koji dovodi do čestih rasprava o tome kako poučavati o moralnim vrlinama jest strah da je teško promicati određene vrline bez opasnosti od indoktrinacije. Učitelj bi trebao biti neutralan, odnosno izbjegavati religijske i ideološke perspektive i svjetonazore pri poučavanju moralnih vrлина. (Hirst, 1974., prema Arthur, 2014)

Odgoj i obrazovanje bi prema principima pozitivne psihologije trebalo biti usmjereno na aktivan, produktivan razvitak ljudskih potencijala, na pozitivne djetetove mogućnosti. Pristup pozitivne psihologije obrazovanju nazvan pozitivno obrazovanje nastoji integrirati pozitivne psihološke koncepte s obrazovnim procesom usmjeravajući se na optimalno funkcioniranje učitelja i djece u različitim obrazovnim situacijama. Integracija u kurikulum i programi pozitivnog obrazovanja uključuju aktivnosti za jačanje vrлина i snaga, pozitivnih emocija te poboljšanje dobrobiti i mentalnog zdravlja djece (Shoshani i Slone, 2017). Istraživanja su pokazala da učenici koji sudjeluju u aktivnostima za jačanje snaga i vrлина imaju veće zadovoljstvo životom (Proctor i sur., 2011), a uvođenje aktivnosti iz pozitivne psihologije općenito je povećalo sreću i dobrobit djece i mladih (Seligman i sur., 2005, 2009; Sin i Lyubomirsky, 2009, prema Proctor i sur., 2011).

Iako postoji široki i rastući konsenzus da je 'obrazovanje karaktera' bitan dio misija škola, znanstvenici i nastavnici raspravljaju o pitanjima kao što je kakav bi trebao biti 'karakter' definiran, kako bi škole trebale nastojati poticati razvoj karaktera, kako bi se on mogao mjeriti

i kako treba promatrati odnos između individualnog karaktera i društvenih čimbenika (Allen & Bull, 2018.; Davis, 2003.; Dishon & Goodman, 2017., prema Pike i sur., 2020).

2. 1. Razvoj pismenosti vrlina kroz dječju književnost

Jubilee Centar⁴ uvodi pojam pismenosti vrlina koja se sastoji od tri komponente: percepcija vrlina, razumijevanje i znanje o vrlini te zaključivanje o vrlini. Pri percepciji vrlina potrebno je primijetiti situaciju u kojoj se vrlina ističe ili nedostaje. Razumijevanje i znanje o vrlini podrazumijeva shvaćanje značenja i važnosti vrlina, a zaključivanje o vrlini podrazumijeva razlučivanje i promišljanje o vrlinama, uključujući situacije u kojima se one sukobljavaju. U školskom kurikulumu moguće je u svaki predmet uvesti program razvoja vrlina i učenje o njima (Vujović i sur., 2020), ali najprirodnije ga je uvesti u sate povijesti i književnosti, upravo zbog njihove narativne forme u kojoj je uvijek neka vrlina ili mana zaslužna za ishod radnje. (Arthur, 2014). Iako Crnković (1984) smatra kako dječja književnost prvo treba zadovoljiti estetski kriterij jer je književnost umjetnost riječi, a kada zadovolji tu umjetničku normu, mora proći stručnu psihološku procjenu odgojne svrhe knjige. Dječja književnost odgaja, ne voljom pisca, već činjenicom da je dijete izrazito podložno utjecajima sa strane. Almerico (2014) tvrdi kako likovi koje djeca susreću na stranicama knjiga mogu imati tako snažan utjecaj na njih, gotovo jednako snažan kao utjecaj stvarnih ljudi koje sreću kroz život. Djetetu je potrebno, kroz priče i bajke, moralno obrazovanje koje će mu suptilno predložiti prednosti moralnog ponašanja. Bitno je ne koristiti apstraktne i nerazumljive etičke pojmove, već one njemu bliske koji će mu djelovati smisleno (Bettelheim, 2000). Ono što je zapravo najbitnije kod čitanja i analize priče s djetetom jest izbor priče i priprema u kojoj učitelj izvlači sve moralne poruke kako bi ta priča ne samo obrazovala, već i odgajala dijete u vrlinama.

Almerico (2014) navodi kako kvalitetna književnost koja je prožeta temama razvoja karaktera ima moć razviti, oblikovati i ojačati dispozicije neophodne za usađivanje važnih temeljnih etičkih vrijednosti u učenike. Autorica predlaže aktivnosti u razredu koje od učenika zahtijevaju korištenje vještina kritičkog razmišljanja kako bi izrazili svoje ideje i perspektive povezujući osobna iskustva s temama priče. Dječje knjige dobro su povezane s društvenim studijama te pružaju zanimljive, autentične primjere pojedinaca koji rade, žive, igraju se, preživljavaju i napreduju velikim dijelom zahvaljujući vrijednostima koje posjeduju. Često se tvrdi da kurikulum književnosti i humanističkih znanosti ne samo da je na posebne načine podložan

⁴ <https://cirl.etoncollege.com/virtue-literacy-the-foundation-of-a-character-education-programme/>

osobnom promišljanju o tome što jest biti čovjek, ali također olakšava opismenjavanje vrline; može omogućiti učenicima razumijevanje vrline i nadahnuti ih da ih prakticiraju (Pike, 2015; Mar & Oatley, 2008; Oatley, 2008; Arthur, 2015, prema Pike i sur., 2020).

Pike i suradnici (2020) navode pet ciljeva pri razvijanju vrlina putem književnosti:

1. razumijevanje vrline i mane i stjecanje „vokabulara vrlina“
2. prepoznavanje vrline i mane kod likova
3. suosjećanje s likovima i opisivanje (procjena) njihovih misli i osjećaja
4. cijeniti vrline i njihove pozitivne posljedice na lika i druge
5. primjena vrline i planiranje kako ju razvijati

3. Cilj istraživanja i istraživačka pitanja

Cilj ovog kvalitativnog istraživanja je ispitati učeničko razumijevanje vrlina i snaga poput timskog duha, mudrosti, velikodušnosti, zahvalnosti, opraštanju i iskrenosti. Sukladno tom cilju postavljena su istraživačka pitanja:

1. Prepoznaju li učenici četvrtog razreda navedene vrline i snage kod sebe i drugih?
2. Kako opisuju značenje navedenih vrlina?
3. Što navode kao percipiranu dobrobit od korištenja navedenih vrlina?

4. Metoda istraživanja

Ispitanici

Istraživanje je provedeno u jednom četvrtom razredu osnovne škole koji broji 29 učenika. Razred se sastoji od 15 djevojčica i 14 dječaka. Dvadesetero učenika ima 10 godina, a njih devetero ima 11 godina. Istraživanje je provedeno kroz 7 tjedana, tako da se uzorak kroz tjedne mijenjao ovisno o osipanju ispitanika, odnosno izostancima iz škole. Prije samog istraživanja, učenicima je dana suglasnost koju su ispunili i potpisali roditelji. Istraživanje je provedeno u skladu s Etičkim kodeksom provedbe istraživanja s djecom.

Postupak i instrumenti

Kroz šest tjedana, jednom tjedno, u trajanju od jednog školskog sata sa učenicima se prorađivala jedna vrлина: timski duh, mudrost, velikodušnost, zahvalnost, oprost i iskrenost. Tema svake vrlina predstavljena je kroz priču nakon koje bi uslijedila usmena analiza te pismeno ispunjavanje upitnika o navedenoj vrлиni. Priče su izabrane nakon konzultacije sa stručnjacima iz područja psihologije i književnosti. Kriteriji za odabir priče bili su prihvatljivost s obzirom na dob i zastupljenost jedne snage, odnosno vrline koja je glavnom protagonistu pomogla riješiti njegov problem ili situaciju u kojoj se našao (pr.⁵ *Djed i repa* – timski duh, *Mačak i miševi* – mudrost, *Božja stvorenja* – zahvalnost, *Kako je Matija kupio sreću* – velikodušnost, *Izgubljeni sin* – oprost, *Carevo sjeme* – iskrenost). Usmena analiza provodila se s ciljem da učenici

⁵ Reference korištenih priča navedene su u Literaturi

prepoznaju vrlinu koju posjeduje glavni junak priče, a zatim su pismeno odgovarali na upitnik o navedenoj vrlini.

Upitnik, primijenjen nakon svake priče, sastojao se od ukupno šest pitanja: dva pitanja o poznatosti i posjedovanju određene vrline na koja su učenici odgovarali na nominalnoj skali (da/ne); a preostalih četiri pitanja bila su otvorenog tipa a odnosila su se na njihovo shvaćanje vrline, u kojim situacijama i/ili osobama ih prepoznaju te kakva je percipirana korist od korištenja vrline. Naknadnim istraživanjem se ispitalo koja se priča učenicima najviše svidjela, koja vrline im se najviše svidjela te koju su vrlinu od pričanja priča najviše koristili.

Za obradu prikupljenih odgovora na otvorena pitanja koristila se tematska analiza koja je uključivala kodiranje i kategorizaciju sličnih odgovora, prebrojavanje učestalosti javljanja koda te primjer učeničkih navoda. Neki su učenici davali višestruke odgovore, a u rezultatima je prikazana učestalost odgovora. U daljnjem tekstu doslovno su citirani učenički odgovori sa svim odstupanjima od jezičnih normi hrvatskog standardnog jezika.

5. Rezultati istraživanja

5.1. *Timski duh*

U prvom tjednu istraživanja ispitivalo se učeničko shvaćanje vrline timskog duha. Učenici (N = 29) su slušali priču *Djed i repa* te usmeno analizirali priču. Na pitanje *Kako je djed uspio iščupati repu?* Učenici su navodili kako su uspjeli jer su bili složni, npr. *Sve se može kad se hoće, Bitna je suradnja, Bitan je timski rad.* Na pitanje *Znate li još neku priču u kojoj je bio bitan timski duh?*, učenici su naveli Lovrakove romane *Vlak u snijegu* i *Družba Pere Kvržice*.

Rezultati upitnika pokazuju da je 89,66% učenika od prije upoznato sa pojmom timski duh, odnosno 10,34% nisu nikad prije čuli za taj pojam.

Na pitanje o značenju timskog duha (Tablica 1.) učenici su uglavnom pisali riječi na koje ih timski duh asocira, a najčešće se spominje suradnja, npr. *Timski duh za mene znači suradnja te tada svi doprinose što mogu.* Nakon suradnje, učenici timski duh povezuju sa slogom, pomaganjem i zajedničkim radom. Dvoje učenika timski duh prepoznaje kao postizanje zajedničkog cilja, npr. *Timski duh znači da surađujemo kao tim i zajedno pokušavamo ostvariti isti cilj.* Jedna učenica navodi kako je timski duh vrline, npr. *To je vrline kojom se koristimo*

kada radimo u timu. Jedna učenica timski duh prepoznaje kao situaciju u kojoj dolazi do prilagodbe drugima u grupi pa navodi kako u grupi *sudjeluješ i kad nije sve po tvom.*

Tablica 1.

Učenički opis značenja timskog duha

KOD	<i>f</i>
suradnja	13
sloga	10
pomaganje	8
zajednički rad	7
postizanje rezultata/cilja	2
vrlina	1

Situacije u kojima najviše pokazuju sportski duh (Tablica 2.) su sportske aktivnosti, od kojih najčešće igra graničara koju provode na satu Tjelesne i zdravstvene kulture. Često se navode projekti, grupni rad i kvizovi kao nastavne aktivnosti koje provode s učiteljicom na satu. Neki učenici timski duh prepoznaju u izvannastavnim aktivnostima, npr. *Na dramskoj, ponekad u razredu, u maškarama, kad s prijateljicama čistim potok, na šahu* itd. Odgovori koji su se pojavili jednom bili su natjecanje – *Kad se natječem pa me tim podržava*, rad u paru i obitelj – *u obitelji kad se trebamo dogovoriti.*

Tablica 2.

Situacije u kojima su učenici prepoznali timski duh

KOD	<i>f</i>
sport	11
projekt	10
grupni rad	8
druženje s prijateljima	6
kviz	3
izvannastavne aktivnosti	2
ostalo	4

Na pitanje Zašto je dobro imati timski duh? najčešći odgovor bio je suradnja (f=8) – *Da znamo zajedno surađivati*. Često su navodili prijateljstvo (f = 7) u smislu stjecanja novih prijateljstava i održavanja već postojećih – *Zato što bi svi govorili pozitivno o tebi, a ako ga nemamo nitko nam nebi htijeo biti prijatelj*. Spominje se ponovno sloga (f = 4), kao i pomaganje (f = 3) i zajednički ciljevi (f = 2) do kojih se lakše dolazi zajedničkim radom. Manje frekventni odgovori bili su dobrota i lakši život – *Jer ti je tako život lakši isto kao i onima oko tebe*.

Na pitanje *Kako bi ti potaknuo/la timski duh u svome razredu?* učenici imaju dosta različite odgovore. Većina predlaže češće provođenje timskih i grupnih aktivnosti (f=8), a najviše predlažu projekte (f = 5). Jedna se učenica vidi u ulozi vođe pa bi timski duh potaknula motivacijskim govorom – *rekla bi im da mi možemo pobijediti i biti najbolji samo da se trudimo i budemo uporni*. Jedna učenica se stavlja u poziciju učiteljice pa kaže *Ako nemate timski duh, jedinica*. Učenici prepoznaju važnost sloge, suradnje i poštovanja (f = 4). Jedna učenica navodi *Da kad moram birati tim biram nekoga s manje timskog duha da ga u radu zajedno razvijamo*. Čest odgovor bio je pomaganje općenito, a jedan učenik je bio specifičan – *Tako da im pomazem na testu*.

5.2. Mudrost

Za istraživanje vrline mudrosti učenici su slušali Ezopovu basnu Mačak i miševi. Nakon čitanja priče, uslijedila je usmena analiza kojom su učenici došli do zaključka kako su miševi nadmudrili mačka. Jedan učenik kaže kako su miševi postali mudri jer su učili iz vlastitih grešaka, a drugi kaže kako su bili iskusni. Nakon obrade priče, učenici su pismeno odgovarala na pitanja o mudrosti.

Svih 26 učenika je od prije čulo za mudrost, a većina (f=20) tu vrlinu prepoznaje kod sebe te se smatraju mudrima. Za osobu koju u svojoj blizini smatraju mudrom (Tablica 3.) najviše učenika je navodilo tatu. Gotovo podjednako često spominju mame, a zatim i bake, prijatelje i učiteljicu. Manje zastupljeni odgovori su obitelj i pas, a pojedinačni odgovori bili su brat, sestra, kum i mačka.

Tablica 3.

Osobe koje učenici smatraju mudrima

KOD	<i>f</i>
tata	9
mama	8
baka	7
prijatelj	6
učiteljica	5
obitelj	2
pas	2
ostalo	4

Na pitanje *Što za tebe znači mudrost i kako bi ju opisao/la svojim riječima?* (Tablica 4.) većina učenika ističe pamet kao sastavnicu mudrosti npr. *znači da je netko pametan i da neke stvari proba zaključiti prije nego šta napravi*. Također se često spominju iskustvo i starost – *znači da netko ima iskustva i da je to većinom starija osoba koja je mudra jer ima više iskustva*. Malo manje frekventni odgovori bili su učenje na greškama, znanje i snalažljivost – *znači kada nešto naučiš iz svojih grešaka te ne ponavljaš iste greške*. Neki od pojedinačnih odgovora su da je mudrost rješavanje problema, vrlina, lukavost, posjedovanje instinkta. Jedna učenica navodi kako mudri ljude uče najviše na tuđim greškama i kako oni *pobijede svog protivnika, ali pametno (ne fizički)*.

Tablica 4.

Učenički opis značenja mudrosti

KOD	<i>f</i>
pamet	12
iskustvo	8
starost	4
učenje na vlastitim greškama	3
znanje	3
snalažljivost	2
ostalo	10

Pri opisivanju situacija u kojima su postupili mudro najčešće se one odnose na svađe s braćom i sestrama, dječaci često spominju sport i igru kao situacije u kojima su bili mudri. Neki od pojedinačnih opisa su npr. *pitao učiteljicu da ponovi jer nisam čuo radi toga što ovi ispred pričaju – riješena dva problema*. Jedna učenica piše – *Ja i moja prijateljica iz razreda smo stvorile teorije koje po meni imaju smisla*. Druga učenica navodi – *Umjesto da se igram vani sam učila za ispit, na kraju sam iz njega dobila 5 i bila sam sretna*. Jedan učenik je mudrost kod sebe prepoznao u situaciji kad je potjerao psa s kauča u trenutku kada je čuo da mama dolazi. Šest učenika je napisalo da ne postupaju mudro.

Na pitanje *Zašto je dobro biti mudar?* najčešći odgovor je da su mudri ljudi pametni. Jedan od češćih odgovora bio je da se mudri ljudi bolje snalaze u životu – *Da bih bolje mogo procijeniti svijet ljude ostale stvari i kako bi se lakše snalazio u životu*. Jedna učenica kaže kako je dobro biti mudar jer onda možeš nekoga nadmudriti, a druga učenica da te ljudi teško prevare. Odgovori koji su se također spominjali bili su lako rješavanje problema, rješavanje svađe, a jedna učenica tvrdi da je *dobro biti mudar jer ljudima možeš pomoći*.

5.3. Zahvalnost

U istraživanju zahvalnosti učenici (N = 21) su slušali priču *Božja stvorenja* u kojoj je bubica zahvalna vjetru što ju je odnio s lista i upoznao s ostatkom svijeta. Kroz usmenu analizu, jedan učenik navodi kako je bubica zahvalna.

Svi učenici su otprije upoznati sa pojmom zahvalnosti. Šesnaest učenika smatra se zahvalnom osobom, odnosno njih pet se ne smatra zahvalnim.

Na pitanje *Što za tebe znači zahvalnost i kako bi ju opisao/la svojim riječima?* najviše učenika prepoznaje zahvalnost kao sreću zbog onoga što imaš – *Da si zahvalan onime što imaš, ne tražiš gdje možeš prigovoriti, ne razbacuješ se novcem i sl.* (Tablica 5). Često navode zahvalnost za male stvari u životu, npr. *Za mene zahvalnost znači i ako si dobio malo drago ti je i zahvalan si, Za mene zahvalnost znači kada si zahvalan što imaš barem nešto za nest ili što ideš u školu, te Meni zahvalnost znači kad i dobiješ mrvicu kruha moraš biti sretan zbog toga*. Učenici navode i kako je zahvalnost zahvaliti se, odnosno reći „hvala“. Još neki od pojedinačnih odgovora bili su *Zahvalnost=Bog te Kad nešto ne tražim, a dobijem*.

Tablica 5.

Učenički opis značenja zahvalnosti

KOD	<i>f</i>
Biti sretan s onime što imaš	8
Biti zahvalan	6
Zahvaliti se	4
Ostalo	6

Pri navođenju na čemu su zahvalni (Tablica 6), više od pola učenika napisalo je obitelj, a česti odgovori bili su i hrana te dom – *Zahvalna sam na tome što imam dobre i drage roditelje, što imam krov nad glavom, dovoljno hrane itd.* Također se više puta pojavljuju odgovori prijatelji, voda, životinje i život. Jedna učenica kaže kako je zahvalna *makar za kockicu čokolade*. Jedna učenica kaže kako je zahvalna za Nintendo Switch kojeg je dobila, a jedan učenik je *zahvalan na legićima za 18-ogodišnjake*. Neki od pojedinačnih odgovora bili su zahvalnost na zdravlju, novcu, talentu za nogomet i životnim uvjetima. Jedna učenica je pokušala sve obuhvatiti pa kaže da je *zahvalna na obitelji, hrani (McDonalds, sushi), životinjama, Bogu i Nikoli Tesli*.

Tablica 6.

Učenički navodi na čemu su zahvalni

KOD	<i>f</i>
Obitelj	13
Hrana	10
Dom	10
Prijatelji	6
Voda	4
Životinje	3
Život	2
Ostalo	10

Na pitanje *Zašto je dobro biti zahvalan?* odgovori su bili raznoliki. Troje učenika kao posljedicu zahvalnosti vidi sreću – *Dobro je biti zahvalan jer si sretan, nemaš depresiju :)*, dvoje učenika kaže kako treba biti zahvalan radi drugih, a jedna učenica radi Boga. Još su dva odgovora koja se ponavljaju dva puta, a to su *Da nisi razmažen te Jer postoje ljudi koji imaju manje od nas*. Jedna učenica kaže kako *ako nisi zahvalan život ti je nekako tmuran jer stalno gundaš i*

prigovaraš. Nekoliko učenika nije znalo objasniti dobrobit zahvalnosti. Neki od pojedinačnih odgovora su Jer ćeš tako svijet gledati iz druge perspektive, Jer si pristojan te Jer onda kad netko vidi da si zahvalan te može pohvaliti.

5.4. Velikodušnost

U istraživanju karakterne snage velikodušnosti učenici (N = ?) su slušali priču *Kako je Matija kupio sreću*. Na pitanje *Kako se Matija promijenio u priči?* učenici navode kako je Matija pokazao nesebičnost, zrelost, ljubav prema pomaganju i dobrodušnost, odnosno velikodušnost, npr. *Na kraju je sretan jer je usrećio drugoga.*

U opisima (Tablica 7) učenici uglavnom povezuju velikodušnost s dijeljenjem i dobrotom, npr. *Velikodušnost je kad je netko dobar i rado bi nešto podijelio sa svojim prijateljem*. Jedan je učenik rekao da *velikodušna osoba nije sebična, voli dijeliti s drugima, nije škrt*. Neki su jednostavno napisali da takve osobe vole pomagati. Jedna učenica velikodušnost objašnjava *To znači da je netko osjećajan i darovit.*

Tablica 7.

Učenički opis značenja velikodušnosti

KOD	<i>f</i>
Dijeljenje/davanje	12
Dobrota	11
Pomaganje	9
Veliko srce/duša	6
Darežljivost	2
Ostalo	5

Pri opisivanju situacija u kojoj su postupili velikodušno (Tablica 8) učenici navode kako su prijatelju dali ili posudili novac, npr. *Dala sam prijateljici na izletu nešto novaca da si kupi što želi jer nije imala dovoljno*. Također je čest odgovor pomaganje u različitim situacijama – *Usisao sam cijelu našu kuću bez pomoći, Pomogao sam bratu pobijediti u FIFA 23., Pomogao sam prijatelju u učenju slova, Kada mogu dati gol ali dodam prijatelju da on zabie*. Odgovori

koji se ponavljaju više puta su posudba pribora – *Posudila sam prijateljici olovku i gumicu, i općenito dijeljenje s drugima, npr. Podijelio sam žvake s prijateljima.*

Tablica 8.

Učeničko iskustvo velikodušnosti

KOD	f
Dati prijatelju novac	9
Pomaganje	6
Posuditi pribor	4
Podijeliti nešto s nekim	4
Kupiti prijatelju nešto	2
Utješiti nekoga	1

Na pitanje *Zašto je dobro biti velikodušan?* učenici podjednako često navode stvaranje pozitivne slike o sebi (f = 9) – *Jer će te ljudi zapamtiti kao dobru osobu i dobrotu (f = 9) – Jer si onda dobar čovjek.* Odgovor koji je također zastupljen je sreća (f = 4) – *Da druge i sebe usrećite,* a učenici često navode i narodnu izreku „*Dobro se dobrim vraća*“. Jedna učenica u velikodušnosti vidi korist – *Ako nekome pomogneš on će najvjerojatnije uzvratiti to.* Neki od pojedinačnih odgovora bili su izbjegavanje pohlepe i jednostavno *da imaš veliku dušu.*

5.5. Oprost

U petom tjednu istraživanja ispitalo se shvaćanje oprosta. Učenici (N = 19) su slušali biblijsku priču o izgubljenom sinu. Primjerice, jedan učenik navodi kako je *Otac je primio sina nazad jer mu je bitnija obitelj od novca,* a jedna učenica kaže kako *Otac sinu nije ništa zamjerao, nije zaboravio, ali je oprostio.* Nakon što su učenici prepoznali oprost, krenuli su s pismenim dijelom.

Svim učenicima je oprost poznat od prije. Većina učenika, njih 17, oprašta drugima nakon što ih povrijede, a njih 16 navodi kako i njima bude oprašteno nakon što naprave nešto loše ili povrijede nekoga.

Na pitanje *Što za tebe znači oprost i kako bi ga opisao/la svojim riječima?* odgovori su bili vrlo slični (Tablica 9.). Većina učenika spominje riječi povrijediti, pomirenje i oprost – *Nakon što te netko povrijedi, on, ako želi, može reći: oprost. Onda mu ti kažeš: opraštam. I onda ste se pomirili.* Neki od pojedinačnih odgovora bili su da je oprost ispravljanje pogreške – *Kad nekog uvrijediš pa si ispraviš pogrešku,* davanje druge šanse – *Oprost meni znači da nekome daš drugu šansu,* a jedna učenica navodi – *Oprost je snažna riječ.*

Tablica 9.

Učenički opis značenja oprosta

KOD	<i>f</i>
Oprostiti nekome tko te povrijedio	12
Pomirenje	3
Ispričati se/“oprosti“	3
Ostalo	3

Pri opisu situacija kada su nekome oprostili, najveći broj učenika navodi da su oprostili u situaciji kada ih je netko vrijeđao – *Prijateljica me prozvala glupom pa mi se ispričala pa sam ja bila prisiljena oprostiti joj,* ili nakon fizičkog sukoba – *Udario me pa sam mu oprostio* (Tablica 10.). Troje učenika navodi kako opraštaju svojoj braći i sestrama nakon svađa – *Ja sam oprostila svojoj mlađoj sestri kada mi je rekla da sam glupa.* Jedna učenica navodi kako je oprostila prijateljici kada je odala njezinu tajnu – *Kada je ... rekla svima moju simpatiju.* Još se od odgovora spominju krađa i lažno okrivljavanje.

Tablica 10.

Situacija javljanja oprosta

KOD	<i>f</i>
Vrijeđanje	6
Fizički sukob	6
Svađa s bratom/sestrom	3
Ostalo	4

Pitanje s najviše različitih odgovora bilo je *Zašto je dobro opraštati?* Većina učenika ističe prijateljstvo ($f = 8$) kao pozitivan učinak oprosta – *Ako ne oprostiš, ovo se dogodi: nikome ne želiš oprostiti i prestaneš biti prijatelj s njima. I onda nemaš prijatelja :(* . Dvoje učenika prepoznaje dobrotu u oprostima. Ostali odgovori su pojedinačni i raznoliki; jedan je učenik u oprostima prepoznao ljubav – *Ako ne opraštamo onda ne volimo*, jedan je prepoznao milosrđe – *Onda će ljudi misliti da si milosrdan*, a jedna učenica kaže kako će nam se isto vratiti – *Onda bi ljudi više tebi opraštali*. Neki od pojedinačnih odgovora bili su i izbjegavanje problema, poštovanje, učenje iz grešaka i osjećaji – *Zbog osjećaja*.

5.6. Iskrenost

Zadnja ispitivanja odnosila se na karakternu snagu iskrenosti. Cijeli razred je slušao kinesku narodnu priču *Carevo sjeme*. U usmenoj analizi priče učenici su navodili kako je glavnom protagonistu iskrenost pomogla da ostvari svoj cilj. Primjerice, iz odgovora jedne učenice, *mladić je bio jedini dovoljno hrabar i iskren i zato postao carevim nasljednikom*.

Svih 26 učenika je u upitniku procijenilo da su upoznati s iskrenošću te da sami sebe procjenjuju iskrenima. Iz njihovih odgovora može se vidjeti (Tablica 11.) da za njih iskrenost znači ne lagati i govoriti istinu, npr. *Da ne lažemo i govorimo istinu*. Dvoje učenika iskrenost prepoznaju kao vrlinu – *Iskrenost je vrlina koju koristimo kada govorimo istinu, Za mene je iskrenost vrlina koja nam puno pomaže u životu*. Jedna učenica smatra kako se laži dijele na velike i male pa kaže – *Uvijek kažeš istinu (osim one male laži kako ne bi nekoga povrijedio)*. Neki učenici povezuju iskrenost s dobrotom, ispunjenjem obećanja, priznavanjem grešaka, a jedan učenik kaže kako je to lijepa osobina.

Tablica 11.

Učenički opis značenja iskrenosti

KOD	<i>f</i>
Ne lagati	15
Reći istinu	13
Priznati grešku	3
Poštenje	2
Vrlina	2
Reći svoje mišljenje	2

Ostalo	3
--------	---

Kada su opisivali situacije u kojima su postupili iskreno (Tablica 12.), učenici su najčešće navodili priznavanje krivice roditeljima, npr. *Kada je tata pitao tko je strgao čaše ja sam priznao da sam ja*. Neki učenici navode priznavanje krivice učiteljici, npr. *Dok je učiteljica nešto radila ja sam cijelo vrijeme pričala s prijateljicama. Zatim se ljutito okrenula i pitala tko priča. Samo sam ja dignula ruku i bila spremna na kaznu. Ali ona je rekla da me neće kazniti jer sam bila iskrena*. Dvoje učenika spominje da su rekli iskreno roditeljima kako se osjećaju, a neki od pojedinačnih odgovora su nogomet, svađa sa sestrom, razgovor s prijateljicom i priznavanje krivice nepoznatoj osobi. Jedan učenik kaže da je iskreno postupio *Malo prije kad sam napisao da imam 11 godina jer imam*.

Tablica 12.

Situacija javljanja iskrenosti

KOD	<i>f</i>
Priznanje krivice roditeljima	11
Priznanje krivice učiteljici	5
Razgovor s roditeljima	2
Ostalo	5

Na pitanje *Zašto je dobro biti iskren?* učenici su različito odgovarali.. Najčešći odgovor, kojeg je napisalo devetero učenika, bio je povjerenje ($f = 9$), pr. *Dobro je da ti ljudi mogu vjerovati, imati povjerenje u tebe*. Jedna učenica laž prepoznaje kao grijeh pa kaže da treba biti iskren da se ne bi grijeshilo. Dvoje učenika izbjegava laž kako se ne bi otkrilo da lažu , npr. *Da ne lažemo jer će se kad-tad otkriti laž*. Među odgovorima se spominju i dvije narodne izreke – *Dobro se dobrim vraća te Tko prizna, pola mu se prašta*. Jedna učenica kaže kako *Iz male laži može nastati veliki problem*, a jedan učenik *Jer ako lažeš onda završiš u kazni*. Ono što su još prepoznali bio je dobar osjećaj, održavanje prijateljstva te da uz iskrenost nema grižnje savjesti.

5.7. Zaključni dio istraživanja

U naknadnom istraživanju, 4 tjednanakon pročitane zadnje priče i razrade karakterne snage, provedena je anketa (N=28) kako bi se utvrdilo koja im se priča najviše svidjela, koja snaga ih se najviše dojmila te koju su najviše koristili od ulaska u istraživanje.

Na pitanje *Koja ti se priča najviše svidjela?* (Tablica 13.) najviše učenika naznačilo je kinesku narodnu priču *Carevo sjeme*. dio učenika odlučilo se za priču *Djed i repa*, te Ezopovu basnu *Mačka i miševi*. Dvoje učenika zaokružilo je biblijsku priču o izgubljenom sinu, a jedan učenik *Kako je Matija kupio sreću*.

Tablica 13.

Najdraža priča

NASLOV PRIČE	<i>f</i>
Carevo sjeme	16
Djed i repa	5
Mačka i miševi	4
Izgubljeni sin	2
Kako je Matija kupio sreću	1
Božja stvorenja	0

Na pitanje koja im se od navedenih snaga i vrlina najviše sviđa (Tablica 14.) najčešće su navodili timski duh. Druga po učestalosti je iskrenost, zatim zahvalnost pa mudrost. Velikodušnost i opraštanje su najrjeđe odabirane vrline.

Tablica 14.

Najdraža karakterna snaga

SNAGA	<i>f</i>
timski duh	11
iskrenost	7
zahvalnost	4
mudrost	3
velikodušnost	2

opraštanje	1
------------	---

Na pitanje *Koju snagu si najviše koristio/la od čitanja priča?* (Tablica 15.) učenici su najčešće navodili iskrenost, zatim mudrost i timski duh. Nekoliko učenika je navelo da su tijekom perioda istraživanja najčešće pokazivali velikodušnost, zatim zahvalnost i opraštanje.

Tablica 15.

Najučestalija vrlina

NAVOD	<i>f</i>
iskrenost	10
mudrost	6
timski duh	5
velikodušnost	3
zahvalnost	2
opraštanje	2

U dodatnim komentarima učenici (njih 24 od 28) su iskazali pozitivne reakcije na provedeno istraživanje vrlina, a neki od navoda su:

- *Super iskustvo.*
- *Bilo je jako zabavno, voliobi ponoviti.*
- *Bilo mi je zabavno dok smo međusobno razgovarali o pouci priče.*
- *Voljela bih da se ovo čita svoj djeci.*
- *Ja mislim da ljudi trebaju biti dobri, marljivi, duhoviti itd...*

6. Rasprava

Cilj ovog kvalitativnog istraživanja bio je opisati učeničko razumijevanje vrlina i snaga poput timskog duha, mudrosti, velikodušnosti, zahvalnosti, oprost opraštanju i iskrenosti. Za poticaj na temu učenicima je pročitana priča koja se odnosila na istraživanu vrlinu. Svaka se usmena

analiza vodila do trenutka kada su učenici prepoznali traženu vrlinu. Vrline timskog duha i velikodušnosti nisu bile spomenute od strane učenika, ali jesu njihovi sinonimi ili slični odgovori. Ostale su vrline i snage učenici lako prepoznali imenovali.

Rezultati istraživanja su pokazali kako je većina učenika upoznata sa značenjem timskog duha. Svi su ga učenici točno opisali, pa i oni koji su zaokružili kako nisu do sad čuli za taj izraz. Najviše su ga povezali sa suradnjom i slogom, koji su važne sastavnice spomenute vrline. Također su povezali s postizanjem istog/zajedničkog cilja i pomaganjem. Iz njihovih odgovora se može zaključiti da svi razumiju značenje timskog duha. Učenici najviše timski duh prepoznaju izvan doma, najčešće u školi i sportskim aktivnostima. Može se zaključiti da učiteljica potiče timski duh putem raznih aktivnosti, kao što su kvizovi, projekti, grupni rad te rad u paru. Koristi timskog rada su razne povratne informacije i različite perspektive, učenje od ostalih članova tima, poticanje učinkovitosti i produktivnosti, kultiviranje komunikacije i snažnih kolegijalnih veza te jači osjećaj postignuća. Ono što je smisao timskog duha jest da se sve dijeli, na taj način problemi postaju manji, a postignuća veća (Yale, 2023). To istraživanje je pokazalo da timski rad stvara snažne kolegijalne veze, što su učenici prepoznali kada su kao dobrobit timskog duha naveli stvaranje novih prijateljstava i održavanje već postojećih.

Istraživanje o mudrosti pokazalo je kako su svi učenici upoznati s pojmom mudrosti, a njih 20 od 26 se smatra mudrima. Učenici najviše mudrima smatraju starije članove obitelji (roditelje, bake i djedove) i učiteljicu, a neki spominju kućne ljubimce vjerojatno potaknuti basnom koju smo čitali. Učenici su najviše spominjali pamet, iskustvo i učenje na greškama kao pojmove koje povezuju s mudrošću. Nekoliko učenika je spomenulo i starost, što je također često mišljenje da mudrost dolazi s godinama, kao što Greb (2020) objašnjava kako svi ljudi imaju fluidnu i kristaliziranu inteligenciju. Fluidna se odnosi na rješavanje problema bez obzira na znanja iz prošlosti, a kristalizirana je sposobnost korištenja stečenih znanja, vještina i iskustava. Istraživanja (Etezadi i Pushkar, 2013) su pokazala kako mudri pojedinci lakše rješavaju probleme zahvaljujući njihovom iskustvu, što su učenici prepoznali pa je nekoliko odgovora bilo da je dobrobit lako rješavanje problema, lakše snalaženje u životu te da je mudre ljude teško prevariti.

Rezultati istraživanja o zahvalnosti pokazuju da su svi učenici čuli za pojam zahvalnosti, a njih 16 od 21 se smatra zahvalnima. Učenicima je teško objasniti značenje zahvalnosti, pa neki pišu da je to jednostavno biti zahvalan. Neki učenici misle da je zahvalnost zahvaljivanje, odnosno „reći hvala“, a ne osjećaj koji ide uz to. Najviše učenika prepoznaje zahvalnost kao osjećaj sreće zbog onoga što imamo (makar bilo malo) i oni su najbliže definiciji zahvalnosti. Otkrivena je

povezanost sa zadovoljstvom sa srećom, nadom, optimizmom. Suprotno tome, u negativnoj je korelaciji s anksioznošću i depresijom (McCullough i sur., 2002; Watkins i sur., 2003). Ta su istraživanja dokazala da je sreća posljedica zahvalnosti, što je većina učenika prepoznala, te da je zahvalnost u negativnoj korelaciji s depresijom, što prepoznaje i jedna učenica.

Istraživanje o velikodušnosti pokazalo je kako je 24 od 26 učenika upoznato s velikodušnošću, a njih 22 smatraju da posjeduju tu vrlinu. S obzirom da je velikodušnost pomaganje drugima, a velikodušne osobe su ljubazne i dobre, a učenici povezuju velikodušnost s dijeljenjem, dobrotom te pomaganjem. Također navode kako je to odlika nesebičnih ljudi. Velikodušnost u svome životu najviše prepoznaju u prijateljstvima kada pomažu, dijele pribor i posuđuju/daju novac. U jednom istraživanju velikodušnosti (Curry i sur., 2018) ispitanici su dobili zadatak da svaki dan naprave 5 dobrih djela i navečer ih opišu. Na kraju se provjeravalo koliko se povećala njihova sreća. Rezultati ukazuju kako je velikodušnost utjecala pozitivno na njihovu opću dobrobit. Rowland i Curry (2019) također su otkrili da nakon sedam dana činjenja dobrih djela, sreća se povećava te postoji pozitivan odnos između broja dobrih djela i razine sreće koju netko doživljava. U svom radu Sarah Tashjian (2018.) je identificirala nekoliko dobrobiti velikodušnosti, sve potkrijepljene znanstvenim istraživanjem. Neke od tih prednosti su: prosocijalno ponašanje povećava sreću i samopoštovanje, velikodušnost poboljšava način na koji vas drugi vide i prihvaćaju te dovodi do smanjenja rizika od bolesti. Učenici najviše kao dobrobit velikodušnosti navode dobrotu i sreću, a spomenuta istraživanja su pokazala kako dobra dijela uvelike utječu na sreću pojedinca koji ta dijela provodi. Također su pokazala da velikodušnost poboljšava način na koji vas drugi vide i prihvaćaju, što su i učenici zaključili kad su naveli da velikodušne pojedince ostali pamte kao dobre osobe.

Svih 19 učenika upoznato je s pojmom oprost, a smatraju da nešto više oni opraštaju ($f = 17$), nego drugi njima ($f = 16$). Učenici oprost shvaćaju kao pomirenje i ispričavanje. Istraživanja (Brown, 2003; McCullough et al., 1998) su pokazala da prakticiranje oprost može ublažiti osjećaje ljutnje, izbjegavanja i osvetoljubivosti koji dovode do negativnih posljedica na emocionalno i fizičko zdravlje, kao i na odnose s drugima. Prema klinici Mayo⁶, svjesno otpuštanje negativnih emocija, osobito onih koje su snažne i povezane s oprostom, donosi osobi mnogo zdravstvenih dobrobiti, uključujući poboljšane odnose, smanjenu tjeskobu i stres, niži krvni tlak, manji rizik od depresije te jačanje imuniteta i zdravlje srca. Učenici uglavnom

⁶ <https://positivepsychology.com/why-is-forgiveness-important/>

gledaju na oprost kao način održavanja prijateljstva, ali ne spominju pozitivne osjećaje koji idu uz oprost.

Svi učenici su od prije znali za karakternu snagu iskrenosti, a i svi sebe smatraju iskrenima. Njihovi opisi uglavnom se temelje na izbjegavanju laži i govorenju istine, ali neki su naveli kako je iskrenost govoriti svoje mišljenje, kao i priznavanje pogreške. Iskreni pojedinci pozitivno utječu na svoje ljubavne veze, prijateljstva i život u zajednici. Naime, u većini istraživanja o poželjnim osobinama kod partnera iskrenost se pojavljuje na prvom mjestu (Steen, 2002, prema Rijavec i sur., 2008). Povjerenje je temelj svakog odnosa, a do njega se dolazi kroz iskrenost. Iako su ljudi skloni izreći neku malu laž samo kako bi se uklopili u grupu (Greb, 2019), iskrenost i otvorenost su vrline koje dovode ljude do iskrenih i bliskih odnosa, kojima većina ljudi teži. Učenička iskustva iskrenosti najviše su vezana uz priznavanje krivice roditeljima i učiteljici, a nekoliko njih navodi kako iskrenost iskazuju u razgovorima s roditeljima kada im govore što ih muči. Le i suradnice (2022) navode kako iskrenost dovodi do osjećaja pripadnosti, osobnog rasta, pozitivnih odnosa – u zajednici, prijateljstvu i ljubavnoj vezi. Učenici su najviše prepoznali korist u odnosima pa kažu kako kada su iskreni zadržavaju povjerenje u odnosima i održavaju prijateljstva.

Naknadnim istraživanjem (eng. *follow-up*) ispitali su se dojmovi učenika o sudjelovanju u istraživanju vrline te koje snage su najčešće koristili u periodu trajanja istraživanja. Najviše ih se dojmila snaga timskog duha, vjerojatno jer se s njom najčešće susreću kroz aktivnosti u školi i izvan nje. Vrlina za koju procjenjuju da su najviše pokazivali u periodu istraživanja, odnosno od pročitane priče je iskrenost, a priča koja im se najviše svidjela je *Carevo sjeme*, upravo priča o iskrenosti.

Nedostaci i ograničenja ovog deskriptivnog istraživanja proizlaze iz toga što je provedeno na samo jednom razredu, odnosno malom uzorku te se rezultati ne mogu generalizirati na učenike četvrtog razreda. Prikupljanje njihovih mišljenja o pojedinim vrlinama i snagama poticano je pričom i vjerojatno time utjecalo na njihova objašnjenja. U budućim istraživanjima zanimljivo bi bilo istražiti kako učenici opisuju vrline i snage ovisno o tome jesu li ili nisu poticani pričom.

7. Zaključak

Proučavajući ljudske vrline i snage, svaki čovjek se može pronaći u smislu koje su vrline kod njega izražene i razvijene, a na kojima bi trebao poraditi. Bitno je znati kako jedna osoba ne može biti „prepuna“ vrlina, odnosno neke će uvijek biti više, a neke manje izražene. Promicanje i jačanje vrlina kod osobe stvara pozitivan učinak na dobrobit. Općenito pojedinci koji pokazuju svoje vrline su zadovoljniji životom, lakše stječu i održavaju međuljudske odnose. Vrline su bitne ne samo za osjećaje pojedinca, već i za zajednicu u kojoj djeluje.

Škole su postale sve više obrazovne ustanove, a sve manje odgojne. Prioriteti su uglavnom dobri rezultati na raznim natjecanjima i statistike o školskom uspjehu. Učitelji su ti koji bi trebali svojim učenicima, osim znanja, prenositi vrijednosti, pogotovo u primarnom obrazovanju. Te vrijednosti će učenike pripremiti za stvaran život, ali i daljnje školovanje i poslove koje će jednoga dana raditi. Učenje o vrlinama i odgoj ne znače odsutnost obrazovanja. Odgoj i obrazovanje trebali bi se provoditi zajedno, tako da se učenike kroz obrazovanje odgaja, a kroz odgoj obrazuje.

Za učitelja je također važno da ima razvijene vrline, pogotovo one usmjerene na druge – svoje učenike. Isto tako, učitelj bi trebao s učenicima provoditi što više aktivnosti kroz koje će učenici osvijestiti te razvijati vrline i snage. Bitno je voditi učenike u analizi i prepoznavanju vrlina u raznim situacijama, a zatim ih i poticati da tu vrlinu koriste kako bi u konačnici bili sretniji kao najbolja inačica sebe. Književnost je sama po sebi pogodna za odgojnu funkciju kojom učenici uče kako bi se trebalo, a kako ne bi trebalo ponašati. Ono što je pogodno za učenje o vrlinama u književnosti jest i analiza lika – likovi su osobito u bajkama polarizirani na dobre i zle. Ono što dobre čini dobrim su određene vrline, a zle likove nedovoljna razvijenost tih vrlina. Učenicima je potrebna dobra motivacija za učenje, a za učenje o vrlinama književnost, odnosno u ovom istraživanju – priče, pogodna je upravo zato što može zainteresirati djecu i održati njihovu pozornost. Pozorno slušaju svaku rečenicu i tijekom čitanja sami analiziraju situacije i likove, a uz učiteljevu pomoć mogu više osvijestiti vrline i prepoznavati ih te jačati u svojem životu.

Ovim se radom dokazalo kako je književnost dobar poticaj za razvijanje vrlina i snaga. Može se primijetiti kako su učenici prepoznali izražene vrline i snage kod glavnih protagonista priča, a i prepoznali ih u vlastitome životu. Učenici su također svojim riječima opisali vrline i uglavnom su njihovi opisi bili točni iz čega se može zaključiti kako shvaćaju njihovo značenje.

Isto tako, prepoznali su dobrobiti korištenja vrlina, kao vlastitu sreću i jačanje bliskih odnosa s drugima.

8. Literatura

- Alexander, P. (2004). *Dječja Biblija*. Globus media.
- Almerico, G. M. (2014). Building character through literacy with children's literature. *Research in Higher Education Journal*, 26, <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1055322.pdf>
- Arthur, J., Harrison, T., Carr, D., Kristjánsson, K., Davidson, I., Hayes, D., Higgins, J. (2014) *Knightly virtues : enhancing virtue literacy through stories : research report*. Project Report. Jubilee Centre for Character and Virtues, University of Birmingham.
- Bettelheim, B. (2004). *Smisao i značenje bajki*. Poduzetništvo Jakić.
- Biblija: Stari i Novi zavjet* (1995). Gl. ur. Kaštelan, J., Duda, B., Kršćanska sadašnjost.
- Bilić, V., Marčinko, D. i Štrkalj-Ivezić, S. (2019). Autentičnost u psihoterapiji. *Psihoterapija*, 33 (1), 3-27.
- Bognar, B. i Simel, S. (2013). Filozofska polazišta pozitivne pedagogije. *Metodički ogledi*, 20 (1), 137-168.
- Brooks, D. (2016). *Kako izgraditi karakter*. Mozaik knjiga.
- Brown R. P. (2003). Measuring individual differences in the tendency to forgive: construct validity and links with depression. *Personality & social psychology bulletin*, 29(6), 759–771. <https://doi.org/10.1177/0146167203029006008>
- Crnković, M. (1984). *Dječja književnost: priručnik za studente i nastavnike*. Školska knjiga.
- Curry, O.S., Rowland, L.A., J. Van Lissa, C., Zlotowitz, McAlaney, J., Whitehouse, H. (2018). Happy to help? A systematic review and meta-analysis of the effects of performing acts of kindness on the well-being of the actor. *Journal of Experimental Social Psychology*, 76, 320-329.
- Etezadi, S., i Pushkar, D. (2013). Why are wise people happier? An explanatory model of wisdom and emotional well-being in older adults. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 14(3), 929–950. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9362-2>
- Emmons, R. A. (2007). *Thanks!: How the New Science of Gratitude Can Make You Happier*. Houghton Mifflin Company.
- Greb, N. (2020). *Snaga ljudskih vrlina: potakni ono najbolje u sebi*. Planetopija.
- Guardini, R. (2007). Hrabrost. *Služba Božja*, 47 (2), 211-218.
- Gusić, A. (1969). *Ezopove basne*. djeca
- Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje. Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2023. Posjećeno 10.7.2023. www.enciklopedija.hr
- Hrvatski jezični portal, 2023. Posjećeno 10.7.2023. <https://hjp.znanje.hr/>

- Isaacs, D. (2012). *Izgrađivanje karaktera: vodič za roditelje i učitelje*. Verbum
- Koprek, I. (2007). Mudrost Zapada i odnos prema etici. *Nova prisutnost*, 5 (1), 87-91.
- Kurian, R.M., Thomas, S. (2023). Perceived stress and fatigue in software developers: Examining the benefits of gratitude, *Personality and Individual Differences*, 201, doi.org/10.1016/j.paid.2022.111923
- Le, B. M., Chopik, W. J., Shimshock, C. J., Chee, P. X. (2022). *When the truth helps and when it hurts: How honesty shapes well-being*. *Current opinion in psychology*, 46, 101397. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101397>
- Ljuštanović, J. i Pešikan-Ljuštanović, Lj. (2017). Djeca koja se smiju i smiješna djeca: smijeh i rano djetinjstvo. *Narodna umjetnost*, 54 (1), 29-47.
- Ma, D. i Li, S. (2019). *The Emeror's Seed: A Chinese Folktale*. Independently published.
- McCullough, M.E., Emmons, R.A. i Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (1), 112- 127.
- Miljković, D. (2006). *Kako biti bolji*. IEP
- Miljković, D., Rijavec, M. (2007). *Organizacijska psihologija*. IEP/D2
- Nastavni zavod za javno zdravstvo dr. Andrija Štampar na adresi <https://www.stampar.hr/hr/novosti/hrabrost>
- Peterson, C., Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues A Handbook and Classification*. American Psychological Association.
- Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. University Press.
- Pike, M. A., Hart, P., Paul, S., Lickona, T., Clarke, P. (2021). Character development through the curriculum: teaching and assessing the understanding and practice of virtue, *Journal of Curriculum Studies*, 53(4), 449-466.
- Plaza Leutar, M. (2021). *Pozitivna psihologija – od ishodišta do prakse u školi u dijalogu s pedagogijom i logoterapijom*. *Acta Iadertina*, 18 (2), 285-308.
- Proctor, C., Tsukayamab, E., Woodc, A.M., Maltbyd, J., Fox Eadese, J., Linleyf, P.A. (2011). Strengths Gym: The impact of a character strengths-based intervention on the life satisfaction and well-being of adolescents, *The Journal of Positive Psychology*, 6 (5), 377–388.
- Prosenjak, B. (2003). *Sijač sreće*. Alfa
- Rijavec, M., Miljković, D. (2006). *Tko su dobri ljudi?: psihologija pozitivne osobe*. Biblioteka Zrno soli.
- Rijavec, M., Miljković, D., Brdar, I. (2008). *Pozitivna psihologija: znanstveno istraživanje ljudskih snaga i sreće*. IEP.

- Rowland, L., Curry, O.S. (2019). A range of kindness activities boost happiness. *The journal of social psychology*, 159 (3), 340-343.
- Shoshani, A., Slone, M. (2017). Positive Education for Young Children: Effects of a Positive Psychology Intervention for Preschool Children on Subjective Well Being and Learning Behaviors. *Frontiers in Psychology*, 8, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01866>
- Tashjian, S. (2018). *Does it pay to be kind? Psychology in Action*. Na adresi <https://www.psychologyinaction.org/psychology-in-action-1/2018/3/27/does-it-pay-to-be-kind>
- The Jubilee centre for character & virtues. University of Birmingham. Na adresi <https://www.jubileecentre.ac.uk/>
- Tolstoj, A. (2002). *Djed i repa*. Golden marketing.
- Vujović, S., Pavićević, V., Đurović, A., Radojević, M., Radulović, I. (2020). *Moje vrijednosti i vrline – razvoj socijalnih i emocionalnih vještina učenika i učenica*. UNICEF Crna Gora.
- Watkins, P.C., Woodward, K., Stone, T., i Kolts, R.L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behaviour and Personality*, 31(5), 431–452.
- Yale University, 2023. posjećeno 7.7.2023. <https://your.yale.edu/we-know-teamwork-important-how-important>

Izjava o izvornosti diplomskog rada

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

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Branu', written in a cursive style.