Uloga odgajatelja i roditelja u razvoju psihološke otpornosti na stres kod djece predškolske dobi

Cepanec, Kristina

Undergraduate thesis / Završni rad

2016

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

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:147:618104

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

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

Repository / Repozitorij:

University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository







SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

KRISTINA CEPANEC

ZAVRŠNI RAD

ULOGA ODGAJATELJA I RODITELJA U RAZVOJU PSIHOLOŠKE OTPORNOSTI NA STRES KOD DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

Čakovec, rujan 2016.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ
(ČAKOVEC)

PREDMET: Primijenjena razvojna psihologija

ZAVRŠNI RAD

Ime i prezime pristupnika: Kristina Cepanec

TEMA ZAVRŠNOG RADA: **ULOGA ODGAJATELJA I RODITELJA U RAZVOJU PSIHOLOŠKE OTPORNOSTI NA STRES KOD DJECE PREDŠKOLSKE DOBI**

MENTOR: prof. dr. sc. Renata Miljević - Riđički
SUMENTOR: dr. sc. Tea Pahić

Čakovec, rujan 2016.

SADRŽAJ

SADRŽAJ 1
Sažetak: 2
1. UVOD 4
2. STRES I OTPORNOST 7
2.1. Definicija stresa i njegove značajke 7
2.1.1. Emocionalni stres u trudnoći 8
2.1.2. Stres kod djece predškolske dobi 8
2.2. Definiranje pojma i značenja psihološke otpornosti 10
2.3. Razvoj otpornosti od rane dobi 12
2.3.1.Rizični i zaštitni faktori 15
2.4. Obiteljska otpornost – preduvjet za razvoj djetetove otpornosti od ranog djetinjstva 17
2.5. Razvoj psihološke otpornosti u dječjem vrtiću – uloga odgajatelja 21
2.6. RESCUR PROJEKT – razvoj kurikuluma za otpornost 23
3. CILJ I PROBLEM ISTRAŽIVANJA 24
4. METODE RADA 25
4.1. Uzorak ispitanika 25
4.2. Uzorak varijabli – mjerni instrumenti 25
4.2.1. Anketa za odgajatelje 25
4.2.2. Anketa za roditelje 30
4.3. Način prikupljanja i obrada podataka 35
5. REZULTATI 36
6. RASPRAVA 47
7. ZAKLJUČAK 54
LITERATURA 56
Kratka bibliografska bilješka 59
Izjava o samostalnoj izradi rada
Izjava o javnoj objavi rada

Sažetak: Cilj ovog istraživanja je utvrditi roditeljsku i odgajateljsku percepciju čimbenika izgradnje otpornosti na stres kod djece ranog djetinjstva, dok je njegov problem ispitati roditeljsku i odgajateljsku percepciju čimbenika izgradnje otpornosti na stres kod djece od ranog djetinjstva. Napravljene su dvije ankete. U istraživanju je sudjelovalo 67 odgajatelja i 33 roditelja djece od 6. do 7. godine života. Uzorak roditelja obuhvaćao je roditelje s područja Varaždinske županije, a uzorak odgajatelja činili su odgajatelji iz raznih dijelova Hrvatske (popunjavanjem on - line ankete).

Rezultati ovog istraživanja pokazuju kako odgajatelji generalno jesu svjesni pojedinih sastavnica otpornosti, no ne u mjeri koja je potrebna da maksimalno razvijaju i potiču otpornost i njezine osnovne komponente, kao što su uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa te jačanje osobnih snaga, a posebno pozitivno i optimistično razmišljanje. Rezultatima je također pokazano kako odgajatelji u velikoj mjeri smatraju da se svaka situacija ne može sagledati s pozitivne strane, a još uvijek postoji velik broj onih koji smatraju da je samopouzdanje urođeno i da ga je teško steći, stoga su to njihove slabe točke.

Rezultatima je utvrđeno da roditelji malo pažnje pridaju komunikacijskim kompetencijama. Isto tako, neki ispitanici navode da odgajatelj njihovom djetetu ne predstavlja dovoljno dobar komunikacijski model. Iako većinom smatraju da mišljenje djece nije mnogo manje važnije od mišljenja odraslih, ipak velika većina roditelja smatra da dijete mora biti poslušno i podređeno odraslima, što se podudara i sa ostalim istraživanjima baziranim na roditeljskim očekivanjima od djeteta. Djetetu dopuštaju autonomiju u svakodnevnim sitnicama (npr. što obući u vrtić), no kada se radi o većim situacijama, kao što je npr. selidba, dijete ne pitaju za mišljenje. Rezultati također pokazuju kako je velik broj djece ispitanih roditelja doživjelo neki od oblika većih stresova (smrt, bolest, vršnjačko zlostavljanje).

Najveći nedostatak istraživanja je mali uzorak odgajatelja i roditelja, te pojedini dijelovi ankete koji bi se za sljedeća istraživanja trebali dodatno usavršiti.

Ključne riječi: otpornost, stres, odgajatelji i roditelji, zaštitni i rizični čimbenici, djeca predškolske dobi

Summary: The aim of this study is to determine the parent and educator perception factors of building resilience to stress in children early childhood, while his problem is to examine the parent and educator perception factors of building resilience to stress in children from early childhood. There were made two surveys. The study included 67 teachers and 33 parents of children from 6 to 7 years of age. The sample of parents included parents of the Varazdin county, and a sample of educators consisted of teachers from various parts of Croatian (filling in on - line surveys).

The results of this research show that teachers generally are aware of the individual components of resistance, but not to the extent that is required to develop and encourage maximum resistance and its core components, such as the establishment and maintenance of healthy relationships and strengthen personal power, a particularly positive and optimistic thinking. The results also showed that teachers largely believe that every situation cannot be seen from the positive side, there is still a large number of those who believe that the innate self-confidence and that it is difficult to obtain, so they are their weak points.

The results have found that parents pay little attention to communication competencies. Also, some respondents report that their child's educator does not constitute a good enough communication model. While most believe that the opinion of children is much less important than thinking adult, though the vast majority of parents think that children should be obedient and subordinate to adults, which is consistent with other research-based parental expectations of the child. Parents allow children autonomy in everyday small things (eg. What to wear to kindergarten), but when it comes to larger situations, such as, moving, they do not ask the child for his opinion. Results also show that a large number of children of parents surveyed experienced some form of major stress (death, illness, bullying).

The biggest drawback of the research is a small sample of educators and parents, as well as some parts of the survey which would be the next research should further improve.

Key words: resilience, stress, educators and parents, protective and risk factors, pre-school children

1. UVOD

„Man never made any material as resilient as the human spirit.“

Bernard Williams

Tendencija za izgradnjom otpornosti pojedinca na nepovoljne doživljaje i životne situacije, čime se ujedno postiže i otpornost društva, postoji oduvijek. Ipak, čini se kako je u današnje doba potrebnija svakom čovjeku više no ikada prije. Zahtjevi suvremenog vremena i društva sve su veći i kompleksniji prema svakoj osobi, bez obzira u kojoj se životnoj dobi ili okolini ona nalazi. Ukoliko joj ti stresni zahtjevi predstavljaju preveliko opterećenje za psihološko funkcioniranje, mogu dovesti do ozbiljnog narušavanja njezine osobne dobrobiti. Ipak, da bi se izgradila otpornost na takve učinke, potrebno je razviti strategije suočavanja, a one ovise o svakom pojedincu ponaosob (Lacković – Grgin, 2000).

Fenomenu stresa i njegovom utjecaju na čovjeka posljednjih desetljeća u istraživačkom svijetu pridaje se iznimna pozornost, pa tako mnogi autori u svojim istraživačkim radovima daju definicije vlastitog viđenja stresa (Lacković – Grgin, 2000). Jednu od njih sredinom prošlog stoljeća dao je i prvi istraživač na tom području, dr. Hans Seyle. Definirao je stres kao „neuobičajeni odgovor tijela na svaki zahtjev prema njemu“, pri čemu zahtjev predstavlja bilo koji oblik neke promjene kojoj se tijelo mora prilagoditi (Barat, 2010, str. 21). Jednu od novijih definicija postavio je i dr. Alojz Ihan (2010), pa tako opisuje stres kao „iznimno snažno emocionalno stanje koje cijelo naše tijelo zajedno s duševnošću preusmjerava prema onome što se u evoluciji pokazalo optimalnim za preživljavanje“ (Ihan, 2010, str. 41).

Iako usmjereni na pojedine segmente koji se razlikuju u pojedinim pristupima, neki autori pokušali su oblikovati modele i teorije stresa. Tako je u drugoj polovici prošlog stoljeća, ovisno o tome kojim područjima neki autor više teži, napravljen grupirani model koji obuhvaća različita shvaćanja, a to su, kako navodi Cox (1982; prema Lacković – Grgin, 2000): *podražajni modeli stresa*, koji se odnose ponajviše na utjecaje iz okoline; zatim *reakcijski modeli stresa*, koji se odnose na reakcije čovjeka na te iste utjecaje, te *kognitivni modeli stresa* – oni su usmjereni na interakcije i transakcije između osobe i okoline za vrijeme nekog stresnog podražaja. Na temelju različitih empirijskih istraživanja doneseni su

zaključci da se, ovisno o jačini i trajanju tjelesnih, emocionalnih, kognitivnih i ponašajnih reakcija javljaju kratkoročne, odnosno dugoročne posljedice. Pritom afektivne i fiziološke reakcije predstavljaju kratkoročne posljedice, dok slabljenje tjelesnog zdravlja te narušena cjelokupna dobrobit i socijalno funkcioniranje pojedinca nastaju zbog dugoročnog izlaganja stresnim utjecajima (Lacković – Grgin, 2000; Ihan, 2010).

Najranjivija skupina koja je na meti promjenjivih i rastućih zahtjeva okoline, a bez izgrađenih znanja i tehnika suočavanja s nepovoljnim uvjetima, jesu djeca, i to već od najranije dobi. Mnoga istraživanja dokazala su da emocionalni stres koji doživljava majka tijekom trudnoće može utjecati na dijete već prije rođenja, jer se za vrijeme doživljavanja stresne situacije oslobađaju hormoni koji sprječavaju dotok krvi i hranjivih tvari do fetusa (Thompson, 1990; prema Vasta, Haith i Miller, 2005) što se može negativno odraziti i na kasniji život djeteta. Međutim, mnogi autori (npr., McLean i sur., 1993; Nuckolls, McCassel i Kaplan, 1972; sve prema Vasta i sur., 2005) navode kako se ishodi takvih negativnih utjecaja umanjuju ukoliko je trudnici za vrijeme trudnoće pružena odgovarajuća socijalna podrška od strane obitelji i osoba koje imaju utjecaj na njezino funkcioniranje. Naravno, važno je da dijete i poslije rođenja bude okruženo pozitivnom okolinom koja će mu, posebno prvih godina, pružati osjećaj sigurnosti, povjerenja i privrženosti. Taj osjećaj dijete uspostavlja najprije sa svojim primarnim skrbnikom, ponajviše s majkom, no kasnije i sa ocem, braćom i sestrama. Osjećaji vezanosti koje dijete pritom uspostavlja s njima utječu na njegov socijalni, emocionalni i kognitivni razvoj (Ljubešić, 2003). Tako mnogi autori (npr., Bronfenbrenner, 1979; Grotevant i Carlson, 1989; Parke, 1988; Schaffer, 2000; Weinberger i sur., 1990; sve prema Brajša – Žganec, 2003) naglašavaju da obitelj, uz mnoge druge okolinske rizične i zaštitne faktore, utječe na razvoj djetetove psihološke otpornosti, a budući da su oni primarni izvor razvoja i odgoja djeteta, njihova je uloga krucijalna u njegovom životu.

Polazak u predškolsku ustanovu djetetu može predstavljati izuzetno neugodnu i stresnu situaciju. Odvajanje od roditelja, ulazak u novu socijalnu okolinu, upoznavanje novih osoba i provođenje vremena u novim i nepoznatim aktivnostima, u dijete mogu unijeti osjećaje nemira, straha, nervoze, nepovjerenja i nesigurnosti. Stoga se naglašava uloga odgajatelja koji jednim dijelom „preuzima dio roditeljske uloge“ (Hamilton i Howes, 1992; prema Klarin, 2006, str. 84). Iako nije primaran skrbnik, on postaje jedan od važnih faktora koji uvelike mogu utjecati na djetetovu

dobrobit. Primjenom svojih profesionalnih znanja koja posjeduje, odgajatelj potiče djetetov emocionalni, kognitivni i socijalni razvoj, te postaje medijator i koordinator prilikom uspostavljanja socijalnih interakcija među vršnjacima (Howes i Hamilton, 1993; prema Klarin, 2006).

Kako naglašava Klarin (2006), upravo su vršnjaci ti koji, uz roditelje i odgajatelje, igraju važnu ulogu u cjelokupnom razvoju djeteta. U interakciji s vršnjacima dijete zadovoljava svoje potrebe za privrženošću, igrom, slobodom i zabavom, uči socijalno prihvatljive oblike ponašanja kao što su asertivnost i prosocijalno ponašanje, te usvaja strategije nošenja s pobjedama i porazima, što mu uvelike pomaže u prilagodbi na novonastale situacije te jačanju otpornosti.

Iz ovih je razloga važno već od najranije dobi kod djeteta graditi bazu ponašanja i strategija pomoću kojih će se dijete nositi sa izazovima i poteškoćama na koje će nailaziti tijekom odrastanja, a samo udruženim snagama djetetu važnih osoba može se težiti ka izgradnji i jačanju njegove psihološke otpornosti, a time i otpornosti društva (Klarin, 2006; Berc, 2012).

2. STRES I OTPORNOST

2.1. Definicija stresa i njegove značajke

Ihan (2006, str. 11) opisuje stres kao „reakciju cijelog organizma na opasnost“, a kroz povijest je njegovo doživljavanje i definiranje ovisilo o vremenu i okolnostima u kojima se pojavljivao. Tako je u pradavna vremena stres čovjeku predstavljao susret za divljom zvijeri, gdje se javljao mehanizam zvan „borba ili bijeg“ (Barat, 2010, str. 33), što je značilo da pobjeđuje čovjek koji ubija zvijer, ili u protivnom zvijer može ubiti njega. Mnogi uzročnici stresa (stresori) danas se bitno razlikuju od onih otprije tisuća godina, pa čak i stotinjak godina, no taj se mehanizam javlja i danas u vidu suočavanja sa uzročnikom stresa. Tijekom takve reakcije oslobađaju se različite fiziološke, biokemijske, ali i psihološke promjene u organizmu (Barat, 2010), koje mogu narušiti njegovu postojeću ravnotežu (Hudek – Knežević i Kardum, 2006). To se posebice odnosi na psihološki stres, u kojem se odvija interakcija između pojedinca i okoline, a način svakog pojedinca na koji će percipirati i kako reagirati na moguće okolinske opasnosti i izazove ovisi o njegovoj subjektivnoj procjeni okolnosti, iskustvu te izgradnji strategija otpornosti. Tako neka osoba može neki podražaj smatrati iznimno velikom opasnošću i stresom za sebe, dok netko drugi ne mora. Iako se stres najčešće spominje negativnim konotacijama, neki od autora (Barat, 2010; Lacković – Grgin, 2000; Vasta i sur., 2005) smatraju kako je stres ipak važan i neizbježan dio života koji u određenoj količini može biti pozitivan i motivirajući. To se posebice odnosi na velike životne događaje koji također predstavljaju vrstu stresa, no imaju pozitivne ishode – kao što su završetak školovanja, rođenje djeteta i slični događaji (Barat, 2010).

Brojni obrambeni tjelesni mehanizmi koje čovjek koristi pomažu mu u prevladavanju nepovoljnih situacija, no suvremeni autori raznih konceptualizacija stresa smatraju kako je jedna od važnijih strategija razvijanje psihološke otpornosti u slučaju nastupanja takvih uvjeta (Barat, 2010; Hudek – Knežević i Kardum, 2006; Ihan, 2010 i dr.). I dok neke osobe imaju prirodno razvijenu otpornost, to ne znači da se kod osoba koje ju nemaju, ona ne može usvojiti i naučiti, pa tako studije pokazuju da se te osobine mogu izgraditi i unaprijediti tijekom vremena (Barat, 2010).

2.1.1. Emocionalni stres u trudnoći

Postoji velik broj pozitivnih, ali i negativnih psiholoških činitelja koji utječu na majku i njezino stanje dok je još trudna, čime se automatski utječe i na još nerođeno dijete i njegov razvoj. Tako su mnogi istraživači već u drugoj polovici prošlog stoljeća (Thompson, 1990; Davids, DeVault i Talmadge, 1961; Ferriera, 1969; Ottinger i Simons, 1964; Stott, 1969; sve prema Vasta i sur., 2005) otkrili na koji način fiziološke reakcije majke koje se javljaju kao odgovor na stresni događaj utječu na nju i fetus. Primjerice, hormoni koji se aktiviraju prilikom stresne situacije ili anksioznosti koju doživi majka, aktiviraju njezin organizam na „akciju". Pritom se oslobađa velika količina krvi koja odlazi u različite dijelove tijela, kao što su mozak, srce, te donji i gornji ekstremiteti, budući da su oni najvažniji u obrani organizma. Kako krv odlazi u te dijelove, ostali organi, među kojima je i maternica, ostaju bez dotoka krvi, a time ni dijete ne dobiva dovoljno kisika i hranjivih tvari koje su mu potrebne za životne funkcije (Berk, 2004). Anksioznost i stres u trudnoći često se povezuju s tjelesnim oštećenjima, bolestima dišnog i probavnog sustava djeteta (Carmichael i Shaw, 2000; Hoffman i Hatch, 1996, prema Berk, 2004), te pojačanom aktivnošću fetusa i različitim poremećajima.

Ovakvi slučajevi bilježili su se ponajviše u slučajevima majki koje su bile slabijeg socio – ekonomskog stanja te bez odgovarajuće socijalne podrške. S druge strane, takvi se simptomi i komplikacije izazvane stresnim učincima mogu znatno ublažiti kada majka kraj sebe ima podršku supruga, roditelja, braće, pa i šire socijalne zajednice, čime njezina trudnoća ima bolje ishode (Berk, 2004).

2.1.2. Stres kod djece predškolske dobi

Dok su odrasli svakodnevno zaokupljeni svojim stresovima, često zaborave da se i djeca suočavaju sa nizom situacija koje im mogu predstavljati poteškoće na planu osobnog funkcioniranja u vidu stresa. Ipak, u životu svakog pojedinca, pa tako i djeteta, određena količina stresa je potrebna, jer je stres jedan od faktora koji stimulativno djeluju na čovjekovu aktivnost te potiču na ustrajnost, a naposljetku i uspjeh u područjima kojima se netko bavi (Plummer, 2011). Tako ista autorica

(2011) navodi da aktivnosti kao što su svladavanje penjanja na drvo ili učenja plivanja za djecu jesu stresnu situacije, no uspjeh u tim aktivnostima može im pomoći u stjecanju samopoštovanja.

Svako pojedino dijete razlikuje se od ostale djece po intenzitetu doživljenog stresa i osobne percepcije njegove jačine, pa tako neka situacija jednom djetetu (kao što je to slučaj i kod odraslih osoba) može predstavljati iznimno strašan doživljaj, dok ga drugo dijete može percipirati kao poticajan i pozitivan utjecaj (Plummer, 2011).

Gubitak bliske osobe (posebice majke) ili čak i sam strah od gubitka te najčvršće veze, predstavlja jedan od najjačih uzročnika stresa kod djece. Kako naglašavaju autorice Stoppard (2004) i Lacković – Grgin (2000), za ovim uzročnikom slijede još i rastava braka roditelja, kronične bolesti i ozljede, promjene mjesta boravka (selidba u novu okolinu, polazak u vrtić ili školu i sl.), zlostavljanje i nasilje, rasna i/ili kulturna diskriminacija i slični događaji. Svim tim stresorima izložena su suvremena djeca na direktan ili indirektan način, a česta je pojava udruženje i kompleksnost čimbenika.

Velika količina stresa te duže izlaganje njegovom utjecaju kod djece mogu dovesti do mnogobrojnih tjelesnih ili psiholoških poremećaja, kao što su poremećaji spavanja, razdražljivost i nevoljkost, pa čak i glavobolje te bolovi u trbuhu. Plummer (2011) naglašava kako su promjene vidljive i u ponašanju, pa dijete može postati tjeskobnije, povučenije, ali isto tako i agresivnije, što ni u kojem slučaju ne pridonosi njegovom pozitivnom razvoju. Iz tog je razloga nužno već kod djece najranije dobi razvijati tehnike rješavanja problema, suočavanja sa stresnim događajima, te postupno razvijati i načine jačanja otpornosti na takve izvore. Neke strategije kojima se služe odrasli u suočavanju sa stresom ne mogu se izravno primijeniti i na djeci. Međutim, postoje načini kojima se djeca prirodno i spontano nose sa situacijama koje im mogu biti stresne, a najpoznatiji od njih je igra. Tokom igre i aktivnosti koje u djeci bude osjećaje zadovoljstva, udobnosti i opuštenosti, u mozgu se aktiviraju centri za regulaciju emocija koji dovode do takvih stanja, a samim time smanjuju se i tjelesna i emocionalna napetost. Takve aktivnosti, u kojima se djeca mogu opustiti, te se na zabavan način riješiti emocionalnih tereta, u kojima mogu koristiti maštu i svoju kreativnost, imaju antistresni učinak (Plummer, 2011), a izvor su i stvaranja pozitivne slike o sebi i jačanja samopoštovanja, razvoja strategija rješavanja problema, te socijalno prihvatljivih obrazaca ponašanja.

2.2. Definiranje pojma i značenja psihološke otpornosti

Budući da se u istraživačkom svijetu stres i otpornost obrađuju već desetljećima, mnogo je istraživača i autora dalo svoja određenja pojma otpornosti. Tako jednu od mnogih definicija daje Urbanc (2001; prema Doležal, 2006, str. 87), koji smatra da je otpornost „koncept kod kojeg pojedinac određene nepovoljne situacije doživljava kao izazov, te unatoč rizičnim čimbenicima koji su prisutni, postiže zadovoljavajuće rezultate“. Slično određenje daje i Garmzey (1991, prema Doležal, 2006, str. 88), pa ovaj pojam određuje kao „mogućnost kompetentnog funkcioniranja unatoč emotivnim poteškoćama“.

Izraz otpornost, engleskim terminom određena kao „resilience“, prema Delaleu (2001, prema Doležal, 2006) podrazumijeva kako se u toj kategoriji nalaze i djeca koja unatoč izloženosti rizicima postižu pozitivne ishode prilikom izlaganja stresu. Nadalje, Ajduković (2000; prema Gazdek i Horvat, 2001), ističe kako “otporna djeca“ pokazuju mnoge kompetencije, što ne znači da nisu bila izložena izvorima snažnog stresa ili nepovoljnih situacija i okolnosti, te naglašava kako im treba pružiti odgovarajuću potporu. Također, Ajduković (2000, prema Gazdek i Horvat, 2001) daje objašnjenje zašto danas postoji tendencija korištenja pojma „otpornosti“, a ne „ psihološke neranjivosti“, koji se upotrebljavao ranije. Naime, upotreba pojma „neranjivost“ može dovesti do pogrešnog tumačenja kako osoba nije niti bila pogođena stresom ili nepovoljnim događajem, te da na nju rizični čimbenici nisu utjecali, dok se otpornost odnosi na uspješno i dugotrajno suočavanje sa štetnim učincima stresa, te na pozitivne ishode za pogođenu osobu.

Prema Siebertu (2006; prema Berc, 2006), otpornost se odnosi na sposobnost svakoga od nas da se oporavimo nakon nekog događaja koji je na nas djelovao na nepovoljan način (npr. nesreća), odnosno, da prevladamo izvor stresa, a da se pritom ne javi neki od „oblika disfunkcionalnih ponašanja“ (prema Berc, 2012, str. 146). S njegovim stajalištem slažu se i Christle, Jolivette, Nelson, Scott i Terrance (2002; prema Doležal, 2006), koji smatraju kako je otporan pojedinac onaj koji, unatoč izloženosti rizičnim okolnostima i faktorima, pronađe odgovarajuće bihevioralne načine nošenja sa stresnim situacijama (prema Doležal, 2006).

Navedene definicije otpornosti pokazuju kako se kod mnogih autora i stručnjaka u većini slučajeva pojavljuju sličnosti u mišljenjima i stavovima, pa se može reći kako se u njihovim određenjima tog pojma pojavljuju mnoge dodirne

točke (Mangham, McGarth, Reid i Stewart, 1997; prema Doležal, 2006). Tako većina njih smatra kako otporan pojedinac posjeduje kompetencije koje su mu potrebne za prevladavanje mnogih nedaća i rizika, ali ističu i prisutnost zaštitnih faktora koji na neki način štite pojedinca od jačih nepovoljnih utjecaja. Jedno od zajedničkih mišljenja je i to da bi za otpornost trebala biti prisutna usklađenost individualnih obilježja pojedinca sa njegovom vanjskom okolinom, a jedan od uvjeta je i utjecaj okoline i njezinih aspekata (društvenih, socijalnih, ekonomskih) na pojedinca i obratno (Mangham, McGarth, Reid i Stewart, 1997; prema Doležal, 2006).

Garmzey (1991) i Grotberg (1998; prema Doležal, 2006), prema tome, smatraju da je otpornost jednako važna na više razina te je povezana sa: *individualnim karakteristikama pojedinca*, kao što su temperament, kognitivne vještine, sposobnost samoregulacije ili kapacitet stvaranja trajne privrženosti; zatim *socijalnim odnosima*, odnosno *obiteljskom podrškom* (interakcije unutar obitelji, stil roditeljstva, privrženost i obiteljska kohezija, obiteljske vrijednosti), i naposljetku, *mogućnosti iskorištavanja resursa (podrške) zajednice* (podrška izvan obitelji, obrazovne i zdravstvene prilike i sl.) Iz svega navedenog vidljivo je da otpornost djeluje na individualnoj, a jednako tako i na sustavnoj (društvenoj) razini.

Sukladno navedenome, Luthar, Ciccheti i Becker (2000) navode postojanje dvaju ključnih obilježja na temelju kojih se može reći da je pojedinac otporan:

1.) izloženost nepovoljnim životnim situacijama i rizicima
2.) prevladavanje prijetnje i pozitivan ishod unatoč iskustvu visokog stresa i problema.

Razvoj otpornosti nije linearan i jednosmjeran proces. On obuhvaća mnoge dimenzije i čimbenike koji svojom međusobnom interakcijom sudjeluju u njezinom razvoju i utječu na svakog pojedinca. Tako Cicchetti (2010) smatra kako otpornost nije samo jedna osobina koju osoba posjeduje ili ne posjeduje, već je to skup raznovrsnih vještina i kompetencija kojima se ona služi i koje joj pomažu prilikom suočavanja sa rizičnim i nepovoljnim uvjetima i situacijama. Ipak, to ne znači da je otpornost sveobuhvatna. Budući da ona zahvaća kontekst i vrijeme, osoba može biti otporna u jednoj situaciji, ali to ne mora biti slučaj i u drugoj. Isto tako, netko može biti otporan u jednom vremenskom kontekstu, tj. razvojnoj fazi, dok u drugoj može biti neotporan. Na taj način se vidi nestatičnost otpornosti i njezina varijabilnost te mijenjanje statusa tijekom vremena (Cicchetti, 2010).

2.3. Razvoj otpornosti od rane dobi

Rezultati brojnih istraživanja dječjeg razvoja pokazali su da razvoj otpornosti počinje već od najranijih dana djetetovog života, a usvojeni načini reagiranja i suočavanja sa stresnim događajima iz ranog djetinjstva u velikoj mjeri utječu na kasniji razvoj i nošenje sa životnim nedaćama, problemima i stresom (Rak i Patterson, 1996; Masten i Coatsworth, 1998; Masten, 2001; Horning i Rouse, 2002).

Uvjet za reagiranje na raznolike podražaje iz okoline, pa i na stres i stresne situacije, jest razvoj kognitivnih sposobnosti djeteta. Osim što se dijete razvija na motoričkom, tjelesnom, spoznajnom i govornom planu, ono postupno uči i usvaja odnos prema sebi i okolini. Prvi njegov odnos koji se razvija jest emocionalni odnos, a on se razvija iz genetski naslijeđenih mehanizama reagiranja na ugodu ili neugodu. Pritom se razvija šest osnovnih emocija: strah, srdžba, veselje, tuga, gađenje i iznenađenje, a budući da kognitivne sposobnosti još nisu na razini dovoljnoj za suočavanje sa stresnom situacijom, dijete na takvu situaciju reagira plačem, koji je zajednička reakcija za više emocija, bilo da se radi o tuzi, ljutnji ili strahu (Starc, Čudina - Obradović, Pleša, Profaca i Letica, 2004). Još uvijek nije razvijen govor, pa je izražavanje emocija osnovni medij komunikacije kojim dijete stupa u odnos sa okolinom koja mu mora omogućiti zadovoljavanje njegovih potreba. Tijekom cijelog djetinjstva dijete po uzoru modela, promatranjem i oponašanjem svojih bližnjih, uči načine zadovoljavanja potreba, izražavanja i kontrole emocija, upotrebe socijalno poželjnih i nepoželjnih ponašanja i sl.. Ukoliko je njegova okolina osjetljiva na njegove potrebe i pruža mu podršku i pomoć prilikom stresnih situacija, te ukoliko je dijete razvilo osjećaj privrženosti prema roditeljima ili primarnim skrbnicima, ono će postupno razvijati osjećaj povjerenja u sebe i okolinu, a javit će se i osjećaj kontrole situacije, koja je iznimno važna prilikom suočavanja sa stresom (Starc i sur., 2004).

Krajem druge godine kod djeteta raste sve jasniji pojam o sebi kao individui odvojenoj od okoline, a prema tome, i odvojenosti okoline od njega samog. Istodobno se razvijaju i prve tendencije autonomije i samostalnosti, pa ono pokazuje inicijativu za samostalno obavljanje nekih jednostavnijih zadataka i aktivnosti kojima pristupa. Starc i sur. (2004) naglašavaju kako je u ovom razdoblju važno da dijete bude okruženo stimulativnom okolinom koja će mu omogućiti da samostalno ovladava sve širim i zahtjevnijim dijapazonom aktivnosti. Posebice je važno ne posramljivati dijete, jer to umanjuje njegovu sliku o njemu samome, već mu

dopuštati da svakodnevno kroz razne aktivnosti isprobava granice koje može doseći, te time razvija osjećaj vlastite sposobnosti, vrijednosti i samostalnosti, koji predstavljaju korijen rasta i razvoja samopoštovanja, koje je jedan od bitnih faktora za školski uspjeh, odnose s drugima, kreativnost, ali i prilikom razvoja otpornosti (Miljković i Rijavec, 2002).

Između druge i treće godine djetetovog života nastupa razdoblje intenzivnog razvoja govora i proširivanja rječnika te porasta mašte (Starc i sur., 2004). Roditelji, koji su primaran izvor razvoja socijalizacije, različitim načinima utječu na razvoj socio - emocionalnih kompetencija djece. Mnogi autori (Bronstein i sur., 1996; Denham i sur., 1997; prema Brajša – Žganec, 2003) ističu kako roditeljsko ponašanje i izražavanje osjećaja utječe na dječje izražavanje emocija prema sebi i okolini, budući da djeca uče i usvajaju obrasce ponašanja promatrajući svoje najbliže modele. Budući da se u tom razdoblju razvija empatija i osjećaj za emocionalne potrebe druge osobe, objašnjavanje odrasle osobe o vlastitim emocijama i postupcima pomaže djetetu „da se ono uživi u emocionalnu situaciju druge osobe“ (Starc i sur., 2004, str. 112). To se može postići primjerice čitanjem i pričanjem priča i bajki, gdje se likovi susreću sa teškim situacijama u kojima trebaju pomoć i ona im je pružena. Na taj način dijete razvija prosocijalne oblike ponašanja, koji su iznimno važni za razvoj otpornosti, a pritom može steći i sigurnost da i ono samo u nekoj stresnoj situaciji može nekome pružiti, ali i dobiti pomoć (Starc i sur., 2004).

Razdoblje od četvrte do šeste godine razdoblje je gdje dijete uočava probleme u svakidašnjim situacijama i pokušava ih riješiti na vlastiti način, aktivnim isprobavanjem različitih rješenja, koristeći prethodno stečena znanja i usvajajući nova. Kako bi dijete moglo zadovoljiti svoju prirodnu potrebu za istraživanjem, samostalnošću i neovisnošću, potrebno je omogućiti mu doživljaj uspjeha u aktivnosti, dati slobodu za vlastitim izražavanjem kreativnosti i osjećaja, te omogućiti razvoj vlastite kompetentnosti, kako bi se nastavljala izgradnja samopoštovanja (Starc i sur., 2004). Budući da dijete nerijetko iskušava granice u brojnim područjima, na odraslima je da prepoznaju situacije koje za njih mogu biti opasne, i postave jasna pravila, pa čak i zabrane, isključivo radi sigurnosti djeteta. Ipak, treba imati na umu da te zabrane moraju biti postavljene na način da ih dijete ne doživi kao prijetnju ili neku prepreku u svojem razvoju, već da djeluju kao zaštitni faktor za njega. Brajša – Žganec (2003) te Miljković i Rijavec (2002) navode kako autoritativan stil roditeljstva, pun topline i brige za dijete, obilježen zahtjevima koji

su primjereni djetetovoj razvojnoj dobi i njegovim sposobnostima, dvosmjerna komunikacija i objašnjavanje odluka, pomažu djetetu kod razvoja samokontrole i usvajanja različitih strategija rješavanja problema. Zdrava okolina, braća i sestre, bake i djedovi, pa i šira zajednica, imaju pozitivne utjecaje na razvoj otpornosti kod djeteta i suočavanje sa stresnim događajima. Stoga se može zaključiti da je za razvoj otpornosti i prevladavanje za djecu stresnih situacija potrebna prisutnost što više pozitivnih modela koji svojim primjerom daju djetetu mogućnosti za pozitivne ishode (Miljković i Rijavec, 2002).

Dok polazak u vrtić nekom djetetu predstavlja veći strah i trepet, drugo dijete to ne mora percipirati kao stresni doživljaj. To je posebno povezano s dobi polaska u predškolsku ustanovu, pa mlađa djeca osjećaju veći strah prilikom dužeg odvajanja od roditelja ili primarnog skrbnika. Tu su također i temperament djeteta, te osjećaj privrženosti koje je dijete razvilo s roditeljem (Pahić, 2013). Da bi dijete moglo razviti sve svoje potencijale i sposobnosti do maksimuma, potrebno je razviti stimulativnu vrtićku mrežu koja će mu omogućiti zadovoljavanje potreba, te tjelesni, kognitivni i socioemocionalni razvoj, tj. razvoj u svim aspektima njegovog postojanja. Budući da neka djeca u predškolskoj ustanovi borave i većinu dana (Hamilton i Howes, 1992; prema Klarin, 2006) uloga odgajatelja, koji na sebe preuzima i jedan dio roditeljske uloge, može biti izuzetno značajna. Tako Pahić (2013) navodi da i djeca koja dolaze iz depriviranih obitelji mogu uspostaviti povjerenje i povezanost sa osobom koja im nije primaran skrbnik, a koja im može pružiti osjećaj kontrole nad situacijom, sigurnost u sebe i svoje sposobnosti te osjećaj vlastite vrijednosti. Isto tako, poticanje na druženje s vršnjacima pridonosi djetetovom osjećaju pripadnosti, većem uspostavljanju socijalnih interakcija s drugom djecom (posebice vršnjacima), učenju poželjnih obrazaca ponašanja i poštivanju pravila, koji na taj način postaju zaštitni čimbenici pri razvoju otpornosti, a ujedno i veoma važne vještine koje je poželjno usvojiti prije polaska u školu.

Mnogi istraživači, među kojima su i Del Gaudio Weiss i Fantuzzo (2001) zaključili su kako se djeca već prije polaska u školu razlikuju prema otpornosti, a te razlike imaju velik utjecaj na prilagodbu na novu sredinu i nove i nepoznate situacije. Također, smatra se i kako je razvoj otpornosti od rane dobi značajan kao dio prevencije nastanka poremećaja u ponašanju u kasnijim životnim razdobljima, a na nju ponajviše utječu rizični i zaštitni čimbenici koji potenciraju, ili s druge strane, inhibiraju takva ponašanja (Doležal, 2006).

2.3.1.Rizični i zaštitni faktori

Faktore koji utječu na dječje ponašanje i ishode nakon izloženosti stresnim okolnostima istraživali su stručnjaci već u prvoj polovici prošlog stoljeća, paralelno sa istraživanjima stresa te njegovog utjecaja na osobu. Tako su čimbenici koji utječu na pojedinca podijeljeni u dvije skupine: rizične faktore, čije pojačano djelovanje rezultira lošim ishodima, te zaštitne faktore, koji pomažu kod razvoja otpornosti i smanjuju efekt rizičnih faktora (Maurović, 2015; Doležal, 2006).

Rizični faktor definiran je kao onaj faktor koji „stvara značajan pritisak na prilagodbu i povećava mogućnost negativnih ishoda“ (Roisman, 2005; prema Windle, 2011, sve prema Maurović, 2015, str. 15). Rae Grant, Thomas, Offord i Boyle (1989; prema Doležal, 2006) smatraju da se, ukoliko je dijete izloženo takvom faktoru, povećava vjerojatnost za razvijanjem određenih problema u ponašanju ili emocionalnih poremećaja. Bašić (2001; prema Doležal, 2006) navodi da rizični čimbenici mogu biti individualnog ili kontekstualnog (biološkog, psihološkog, socijalnog, ekonomskog i dr.) oblika, a njihovo djelovanje nije statično, već promjenjivo. Stoga njihovi učinci ovise o „razdoblju izloženosti stresu u djetinjstvu ili adolescenciji, te uvjetima i okolini u kojima se pojavljuju“ (Hawks i sur., 2000; prema Doležal, 2006).

Razvoj djeteta prema teoriji ekoloških sustava Uriea Bronfenbrennera (1986; prema Miljević – Riđički, 2015) odvija se u kontekstu šireg socijalnog okruženja koji utječe na dijete u jednakoj mjeri kao i dijete na njega. On se kreće od najmanje jedinice, mikrosustava, koji je djetetu najbliži i neposredno djeluje na razvoj djeteta, pa do makrosustava, koji obuhvaća kulturu u kojoj ono živi, te utječe na njega na posredan način kroz norme, vrijednosti i stavove, običaje, zakone i sl., koje djeca usvajaju u interakciji sa svojom okolinom. Schonert – Reichl (2000) stoga navodi kako rizični čimbenici djeluju ne samo na individualnoj razini, već i na razini cjelokupnog društva. Pritom ističe **individualne (osobne) faktore** koji uključuju: slabu socijalnu prilagođenost, niske kognitivne sposobnosti, biološke karakteristike. Zatim su tu **obiteljski faktori:** slaba obiteljska povezanost, sukobi i netrpeljivost, slabo ekonomsko stanje obitelji i sl. Jedan od bitnih utjecaja čine i **vršnjaci te predškolska ustanova**, koji vršnjačkim nasiljem ili zlostavljanjem, te slabom potporom odgajatelja mogu oslabiti ishode razvoja svakog djeteta i kočiti ga u prilagodbi i prevladavanju stresnih situacija. Naposljetku, tu je **društvena zajednica,**

koja svojim nepodržavanjem te različitim predrasudama i osudama nikako ne može biti zdrava okolina za razvoj djeteta.

Rizični čimbenici djeluju u interakciji, najčešće više njih odjednom, na način da jedan za sobom povlači drugoga, pa se može reći da imaju *kumulativan karakter* (Kirby i Frazer, 1997; prema Doležal, 2006). Naravno, što je pojedinac dulje izložen rizicima, efekt je jači i nepovoljniji, a djelovanjem većeg broja rizika koji djeluju na pojedinca, stanje je to lošije za njega. Tako je Rutter (1979; prema Clements, Aber i Seidman, 2008; sve prema Maurović, 2015) potvrdio pretpostavke da izloženost većem broju rizičnih čimbenika uzrokuje i veći postotak problema u ponašanju, pa tako djeca koja su izložena trima rizičnim čimbenicima imaju mogućnost od 50 % da se kod njih razvije neki oblik psihičke poteškoće, dok se taj postotak povećava za čak 25 % ukoliko na dijete djeluje 5 rizičnih čimbenika.

Istraživanjem rizičnih čimbenika istovremeno su otkrivani i **zaštitni čimbenici** koji djeluju na osobu prilikom suočavanja sa stresnom situacijom, budući da oni mogu djelovati jedino u prisustvu rizičnih čimbenika (Doležal, 2006). Tako Little (1999) zaštitne faktore definira kao protektore koji smanjuju negativan utjecaj stresnih i nepovoljnih životnih situacija koji mogu djelovati na pojedinca, te na taj način sprječavaju pojavu psihosocijalnih teškoća. Stoga se može reći da su oni „neprijatelji“ rizičnih čimbenika, jer smanjuju njihov štetan utjecaj i poboljšavaju prilagodbu osobe i učvršćivanje njezine otpornosti. Kao što je to slučaj kod rizičnih čimbenika, i zaštitni čimbenici djeluju ne samo na individualnoj, već i na društvenoj razini, pa tako mnoga istraživanja (Garmzey, 1993; Dobbin i Gatowski; 1996, Davis, 1999; Van Acker i Wehb, 2000; prema Doležal, 2006; Howel, 2003; prema Bašić, 2009) daju slična ili jednaka viđenja zaštitnih čimbenika već kod djece predškolske dobi, a to su:

- **individualni:** dobro genetsko naslijeđe, razvijene kognitivne vještine, laki temperament, optimizam, empatija, fleksibilnost, pozitivna slika o samome sebi i sl.
- **obiteljski:** pozitivno obiteljsko ozračje, obiteljska kohezija i razvijena komunikacija, privrženost roditeljima (skrbnicima), pozitivne roditeljske vještine, uključenost oca u odgoj djece, obrazovanje i zaposlenost roditelja, dobar socio – ekonomski status

- **okolinski:** polaženje vrtića, povezanost s vršnjacima, prijateljstvo, podržavajući odgajatelji i šira zajednica.

Sva navedena obilježja pomažu djetetu prilikom suočavanja sa stresnim situacijama; ona svojim djelovanjem jačaju njegovu otpornost i smanjuju izglede pojavljivanja i razvoja poremećaja u ponašanju (Doležal, 2006; Bašić, 2009). Korelacija zaštitnih čimbenika i otpornosti vidljiva je iz mnogih definicija i jednog i drugog pojma, gdje se naglašava da je otpornost u jednakoj mjeri karakteristika i pojedinca i društva (sustava), mijenja se i unaprjeđuje kroz vrijeme, te je pojačavaju zaštitni čimbenici u borbi protiv rizika i tako doprinose mentalnom zdravlju pojedinca (Mangham, Reid, McGrath i Stewart, 1994; prema Doležal, 2006).

2.4. Obiteljska otpornost – preduvjet za razvoj djetetove otpornosti od ranog djetinjstva

Klarin (2006, str. 41) definira obitelj kao „okruženje koje omogućuje djetetu temeljne fizičke, socijalne i psihičke uvjete za prilagodbu tijekom cijelog životnog ciklusa“. Naravno, obitelj je djetetova primarna socijalna okolina i prvi model ponašanja kroz koji dijete usvaja te izgrađuje svoje mišljenje i stavove, a obiteljsku sliku preslikava i u drugim okruženjima tijekom vlastitih socijalnih interakcija.

Proučavanja i istraživanja obiteljskog funkcioniranja koja pokazuju njezinu rizičnu i zaštitničku ulogu za razvoj djetetovih pozitivnih, odnosno negativnih obrazaca ponašanja i njegovo cjelokupno funkcioniranje, sve su češća u razvojnoj psihologiji (Brajša – Žganec, 2003). Već od 30 – ih godina 20. stoljeća stručnjaci su usmjereni na proučavanje obiteljskog suočavanja sa izvorima stresa i razvoj otpornosti, kako kod odraslih članova obitelji, tako i kod djece. Slijedom toga, naglašavaju socijalno okruženje kao važan zaštitni faktor koji djetetu pomaže u suočavanju sa stresnim događajima i situacijama. Tako Daniel i Wassell (2002) smatraju kako se, sukladno Bronfenbrennerovoj teoriji ekoloških sustava, na svakoj razini socijalne okoline mogu pronaći zaštitni faktori koji pomažu djeci. Naravno, sve počinje u obitelji, a za njome slijede vrtić, vršnjaci, te zajednica i kultura kao širi socijalni okvir u kojem dijete raste. Pritom se može reći da roditelji predstavljaju tzv. *sigurnu bazu*, gdje se dijete razvija kao individualno biće, dok ostali sustavi čine *zaštitnu mrežu* i djeluju u korist uspostavljanja izvanobiteljskih interakcija.

Obiteljska obilježja povezana sa razvojem otpornosti najčešće su povezana sa osobinama roditelja, njihovim obrascima ponašanja, emocionalnim reakcijama i vještinama uspostavljanja socijalnih interakcija, što se odražava i na kvaliteti odnosa koji uspostavljaju sa vlastitim djetetom. Jedna od najvažnijih obilježja kojima to mogu postići jest ***privrženost*** (Brajša – Žganec, 2006). Da bi dijete steklo sigurnu privrženost sa svojim roditeljima, oni prvenstveno moraju biti osjetljivi na njegove potrebe, pravodobno reagirati na njih i njegovati emocionalno tople odnose sa njime. Iako nema jasnih rezultata o tome, mnoge studije (Rutter, 1995; Teti i Gelfand, 1997; Anan i Barnett, 1999; prema Brajša – Žganec, 2006) pretpostavljaju kako će dijete koje je u najranijem djetinjstvu uspostavilo privržen odnos sa roditeljima, na socijalno prihvatljiviji način iskazivati negativne emocije i nositi se sa stresnim situacijama od djeteta sa kojim roditelji nisu uspostavili emocionalno tople odnose. Naravno, kvaliteta odnosa djeteta i roditelja određuje i kvalitetu odnosa koje dijete uspostavlja u novim socijalnim okvirima u kasnijim razdobljima, a ujedno određuje i njegova ponašanja (Maurović, 2015). Iz tog je razloga iznimno važno da roditelji pruže djetetu osjećaj sigurnosti i pouzdanosti, jer time dijete zna da će biti uz njega i u stresnim situacijama, što djeluje kao zaštitni čimbenik u razvoju djetetove otpornosti.

Druga karakteristika koja uvelike utječe na dijete i njegov razvoj je ***stil roditeljstva.*** Dok pretjerana kontrola bez davanja ikakve autonomije te emocionalna hladnoća kod autoritarnog stila, ili nepostojanje kontrole i pretjerano davanje autonomije, neprimjerene djetetovoj razvojnoj dobi kod permisivnog (popustljivog) stila nisu najpoželjniji oblici, najoptimalniji je autoritativan stil roditeljstva (Klarin, 2006). Takav stil najviše potiče razvoj djeteta, jer roditelji ovim načinom pokazuju emocionalnu toplinu, ljubav i maksimalnu potporu, no postavljaju jasne granice usklađene s djetetovom dobi, koje dijete poštuje i pridržava se zadanih ograničenja. Roditelji ovim stilom kod djeteta razvijaju empatiju, socijalne vještine i iskazivanje osjećaja na društveno prihvatljiv način. Znatiželja, autonomija, kreativnost i samouvjerenost posljedice su roditeljskog zanimanja za dijete i njegove osjećaje i zadovoljavanja njegovih potreba. Roditelji koji razvijaju otpornost kod vlastite djece i sami su takvi, pa Brooks (2006) navodi kako takvi roditelji potiču kod djece prosocijalno ponašanje, a i sami se tako ponašaju. Primjenjuju aktivno slušanje svoje djece, dobro komuniciraju sa njima, postavljaju jasne zahtjeve, svojim primjerom daju djeci do znanja da je prihvatljivo pogriješiti i da je to također dio odrastanja, te

mijenjaju i vlastito ponašanje ukoliko uvide da time nisu uzor djeci. Sva ova ponašanja utječu na dječji socioemocionalni i kognitivni razvoj, a ujedno su i važne pokretne snage u razvoju otpornosti od ranih dana.

Otporan pojedinac čini temelj otporne obitelji, koja takvom postaje kombinacijom individualne otpornosti, obiteljskih snaga (zdrava komunikacija, zajedništvo, podrška, poštovanje i dr.) te povezanošću sa zajednicom i iskorištavanjem resursa koje im ona pruža (Simon, Murphy i Smith, 2005; prema Berc, 2012; Berk, 2015). Iako se u obiteljskom sustavu na primarnom mjestu nalaze roditelji i njihova najuža veza s djetetom, ne smije se isključivati ni uloga ostalih članova obitelji (braća i sestre, bake i djedovi), koji također snažno utječu na funkcioniranje djeteta (Keresteš, 2002; prema Klarin, 2006). Olson (2000, prema Berc, 2012) navodi da otpornost obitelji učvršćuju održavanje bliskih veza unutar članova obitelji, međusobno podržavanje i zajedničko rješavanje problema, a posebice se naglašava važnost podrške svih članova obitelji onom članu koji je doživio ili doživljava stresnu situaciju.

Još su pred kraj prošlog stoljeća psiholozi Masten i Coastworth (1998) naveli preduvjete koji trebaju biti zadovoljeni kako bi obitelj mogla graditi svoju otpornost:

- osobni potencijali kojima se obitelj koristi kako bi prevladala neki problem
- djelovanje snažnog stresora (izvora stresa) koji narušava obiteljsko funkcioniranje
- zaštitni čimbenici koji sprječavaju negativne posljedice djelovanja stresa.

Froma Walsh (2006, prema Berc, 2012), vodeća stručnjakinja na području obiteljskog zdravlja i otpornosti, nakon svog dugogodišnjeg rada sa obiteljima predstavila je svoj model obiteljske otpornosti, tj. koje su to karakteristike obitelji koje pomažu u izgradnji otpornosti i njezinom jačanju, što je prikazano na Slici 1.



Slika 1. Model obiteljske otpornosti (Walsh, 2006; prema Berc, 2012, str. 148)

Funkcioniranje obitelji najčešće se promatra kroz dvije najvažnije dimenzije: *kohezivnost,* čija je pretpostavka međusobna emocionalna povezanost među članovima, te *prilagodljivost*, odnosno sposobnost adaptacije na različite situacijske promjene (Klarin, 2006), a te su komponente ujedno i važne sastavnice obiteljskog modela autorice Walsh. *Obiteljska kohezija* pritom je ključna za zdravi rast i razvoj djeteta, ali i funkcioniranje svakog člana obitelji. Članovi obitelji koju karakterizira kohezija povezani su u mjeri potrebnoj za zdravo funkcioniranje, no istovremeno su neovisni jedni od drugih, pa se može reći da postoji ravnoteža između pripadnosti i autonomije (Sheridan, Eagle i Dowd, 2006). Isti autori (2006) navode jednu od bitnih odrednica obiteljske kohezivnosti koja doprinosi izgradnji osobne i zajedničke otpornosti: empatičnu uključenost. Za dijete je iznimno važno da roditelji ili obnašatelji roditeljske figure (skrbnici) budu emocionalno uključeni u odgoj, da pokazuju interes za djetetove aktivnosti i njegova postignuća, da odvoje vrijeme koje će zajednički iskoristiti s djetetom, te na taj način kod njega razvijati emocionalnu, socijalnu, kognitivnu, ali i akademsku kompetenciju, ključne za rast u zdravu i otpornu osobu.

Prilagodljivost obitelji druga je kvaliteta koja odlikuje otpornu obitelj. Stupanj prilagodljivosti ovisi o tome koliko se uspješno obitelj prilagođava na novonastale i nepoznate, a u krajnosti i stresne situacije. Sve to poboljšano je međusobnim očekivanjima članova obitelji te njihovom individualnom spremnošću na prilagodbu. Sheridan, Eagle i Dowd (2006) smatraju da se na taj način održavaju obiteljska homeostaza i stabilnost, sa čime se slaže i Berc (2012), dodajući da će se otporne obitelji prilikom doživljavanja stresnih situacija usmjeriti na kohezivnost, održavanje veza i zajedništvo, a fleksibilnost pokazivati u svim segmentima svojeg djelovanja. Tako Berc (2012) navodi da će takve obitelji pokazati fleksibilnost u slučaju kada npr. otac preuzima brigu za djecu ako ostaje nezaposlen, a majka radi. Članovi obitelji slušaju i prihvaćaju prijedloge drugih, rješavaju probleme na temelju razgovora, te uključuju i najmlađe članove u odluke koje se tiču cijele obitelji. Time se i djetetu daje prilika da i ono donosi odluke u skladu sa svojim uzrastom, što mu donosi osjećaj neovisnosti, slobode izražavanja i uključenosti u obiteljske odluke.

Stoga, sukladno sposobnosti da za vrijeme suočavanja sa izvorom stresa održi zdravo funkcioniranje, s pravom se može reći da su otporne obitelji one koje „se uspješno oporavljaju i vraćaju u svakodnevni život snažnije, povezanije i spremnije za suočavanje s novim izazovima“ (Olson, 2000; prema Berc, 2012, str. 157).

2.5. Razvoj psihološke otpornosti u dječjem vrtiću – uloga odgajatelja

Dijete se polaskom u predškolsku ustanovu odvaja od roditelja, te znatan dio svoga vremena provodi u okolini koja nije njegov primaran dom, okružen osobama koje nisu njegovi primarni skrbnici. Ipak, provodeći većinu vremena s odgajateljima, ono uspostavlja s njima poseban odnos, pa se može reći da odgajatelj na neki način preuzima roditeljsku ulogu za vrijeme djetetovog boravka u vrtiću (Hamilton i Howes, 1992; Brown, 2000; prema Klarin, 2006). Tako su rezultati istraživanja koje je proveo Howes (2004; prema Klarin, 2006) pokazali da je vrsta privrženosti koju dijete pokazuje prema odgajatelju već prilikom prvih dana boravka u vrtiću, veoma slična privrženosti koju dijete ima s vlastitom majkom, pa se naziva i sekundarnom privrženošću (Newland i Coyl, 2010). S druge pak strane, istraživanje koje su proveli Howes i Hamilton (1992; prema Klarin, 2006) pokazalo je da najveći problem u uspostavljanju takve privrženosti predstavlja (ne)stabilna prisutnost odgajatelja. Dokazali su i da je promjena odgajatelja u skupini ili premještanje samog djeteta iz jedne skupine u drugu, kao i premještanje u drugu ustanovu, prilično stresno iskustvo za dijete koje ga sprječava da izgradi privrženost sa novim odgajateljem na jednakoj razini kao i sa prethodnim.

Odgajatelj u razvoju i odgoju svakog djeteta preuzima mnogobrojne uloge. On „potiče razvoj, pruža emocionalnu potporu, vodi i upravlja, medijator je uspostavljanju i održavanju vršnjačkih odnosa“ (Howes i Hamilton, 1993; prema Klarin, 2006). Ipak, njegove uloge razlikuju se s obzirom na dob djeteta. Dok se kod mlađe djece naglašava njegova uloga u skrbi i zaštiti zdravlja, odnosno adekvatnom i pravodobnom prepoznavanju i zadovoljavanju ponajviše bioloških potreba, sa povećanjem djetetove dobi raste njegova funkcija kao sukonstruktora dječjeg učenja. Klarin (2006) tako smatra da su strukturiranje okoline, učenje kroz različite aktivnosti i igre, ali i podrška razvijanju vršnjačkih interakcija i odnosa te formiranje socijalne kompetencije u predškolskom razdoblju važni elementi za kasniju prilagodbu na školsko ozračje i funkcioniranje s jedne strane u sličnim, no s druge strane i bitno drugačijim uvjetima od onih u vrtiću.

Uz socijalni i emocionalni razvoj, odgajatelj svojom uključenošću potiče i kognitivni te verbalni razvoj. Tako Howes i Smith (1995; prema Klarin, 2006) smatraju da kognitivne i jezične sposobnosti djeteta rastu u ozračju gdje odgajatelj potiče različite igrovne interakcije te i sam u njima sudjeluje, gdje se djeca mogu

kreativno izraziti i gdje imaju slobodu izražavanja. U takvom okruženju moguće je uspostaviti emocionalno bližan i topao odnos između odgajatelja i djeteta, koji, shodno tome, postaje zaštitni čimbenik pri izgradnji otpornosti djeteta te utječe na dječje ponašanje i emocije (Pianta i Stuhlman, 2004; prema Cefai i sur., 2015a).

Brojni stručnjaci (Howard i Johnson, 2004; Morgan, 2011, Galea, 2014; prema Cefai i sur., 2015a) smatraju da su odgajatelji koji posvećuju pozornost ne samo biološkim i fiziološkim, već i socijalnim te emocionalnim potrebama djece, najčešće osobe koje odlikuju osobine poput predanosti i intrinzične motivacije, razvijenih kompetencija pronalaženja rješenja problema, objektivnosti i fleksibilnosti, te pozitivnog suočavanja sa stresnim situacijama i prilagođavanja novonastalim okolnostima. Jednom riječju, oni su i sami otporni. Ipak, kako bi sami odgajatelji mogli poticati otpornost kod djece, i njima je potrebna okolina koja će im u tome pomagati. Stoga su podrška kolega te prilike za usavršavanje koje im se nude od iznimne važnosti za unaprjeđivanje osobnih kompetencija koje im pomažu u profesionalnom odgoju i obrazovanju djece. Wilson (1990; prema Klarin, 2006, str. 89), naglašava karakteristike koje jačaju profesionalne kompetencije odgajatelja, a to su „fizičko i mentalno zdravlje, pozitivna slika o sebi, fleksibilnost, strpljivost, pružanje pozitivnog modela djeci, otvorenost za učenje i usavršavanje, uživanje i ljubav prema poslu“. Usredotočivši se na jake snage, sposobnosti i uspjehe svakog djeteta, bez obzira na status rizika, odgajatelj primjerom pokazuje kako se nositi sa stresnim okolnostima, a djeca ga slijede i mogu se poistovjetiti s njime i na taj način uče kako se nositi i sa teškim situacijama i emocijama (Pianta i Stuhlman, 2004; prema Cefai i sur., 2015a). Ovakvim osobinama i obrascima ponašanja, kako naglašavaju Daniel i Wassell (2002), odgajatelji još trebaju pridodati i svoja teorijska i praktična znanja kojima će potaknuti djetetov razvoj u svim aspektima, pa tako i psihološke otpornosti. Ipak, naglašavaju da, iako se rezultati rada možda neće vidjeti u predškolskom razdoblju (ukoliko dijete nije bilo izloženo iznimno stresnim situacijama), odgajatelji ne smiju smatrati da nisu uspjeli u cilju razvoja otpornosti, jer će ona postati vidljiva u drugim životnim razdobljima i prilikama, u situacijama gdje se kod pojedinca trebaju uključiti obrambeni mehanizmi koji pomažu u održavanju i usavršavanju otpornosti. Tako Beltman i sur. (2011; prema Cefai i sur., 2015a, str. 34) ističu kako otpornost „nije samo preživljavanje i suočavanje s teškoćama, nego i napredak i razvoj“, čime žele naglasiti da se otpornost može razvijati i napredovati u svakom periodu čovjekovog života.

2.6. RESCUR PROJEKT – razvoj kurikuluma za otpornost

RESCUR: Na valovima je međunarodni europski projekt usmjeren na razvoj otpornosti djece u dobi od 4. do 12. godine života, odnosno od predškolske do rane i srednje školske dobi. Trajao je tri godine, točnije od 2012. do 2015. godine, a provodila su ga sveučilišta 6 europskih zemalja: Malte, koja je ujedno bila i glavni koordinator cjelokupnog projekta, te Hrvatske, Grčke, Italije, Portugala i Švedske (Cefai i sur., 2015b).

Ovaj program uključuje djecu s različitim stupnjem rizika: od djece koja imaju iznimno visoko izražen stupanj, do djece s niskom zastupljenošću rizičnih čimbenika koji ih svakodnevno pogađaju, kao što su djeca slabog socio – ekonomskog statusa, djeca razvedenih roditelja, pripadnici nacionalnih manjina i mnogi drugi (Cefai i sur., 2015a). Osnovni ciljevi programa su promicanje mentalnog zdravlja od rane dobi nadalje, te pomaganje djeci da iskorištavanjem osobnih snaga nauče prevladavati razne životne prepreke i nepovoljne događaje koji im se nameću tijekom odrastanja i razvoja, čime se smanjuju učinci rizika, a pojačava utjecaj zaštitnih čimbenika, važnih elemenata izgradnje i jačanja otpornosti. Naravno, tome pridonose i drugi ciljevi ovog programa, kao što su jačanje emocionalne i socijalne kompetencije, učenje prosocijalnog i asertivnog ponašanja, stjecanje komunikacijskih vještina, te poticanje zdravih međusobnih odnosa.

Projekt je osmišljen kao održavanje niza aktivnosti za izgradnju i jačanje otpornosti kod djece predškolske i osnovnoškolske dobi, koje provode odgajatelji i učitelji u svojim skupinama i razredima. Postoji šest glavnih tema, te svaka od njih sadrži još dvije podteme, koje se sastoje od niza aktivnosti. Teme su: „1) razvoj komunikacijskih vještina; 2) uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa; 3) razvijanje pozitivnog mišljenja; 4) razvoj samoodređenja; 5) izgradnja osobne snage; 6) pretvaranje izazova u prilike“ (Cefai i sur., 2015b, str. 2). Ove aktivnosti počinju u predškolskoj dobi, ali se nastavljaju i razrađuju i u osnovnoj školi.

Aktivnosti koje obrađuju ovih 6 tema sadržane su u pet priručnika i vodiča za roditelje, odgajatelje i učitelje, kako bi mogli u bilo kojem razdoblju provoditi kurikulum za razvoj otpornosti. Na temelju jednog od priručnika RESCURA napravljeni su i anketni upitnici za roditelje i odgajatelje, korišteni u ovom istraživanju, koji također obrađuju prethodno navedene teme za jačanje otpornosti.

3. CILJ I PROBLEM ISTRAŽIVANJA

Cilj ovog istraživanja je utvrditi odgajateljsku i roditeljsku percepciju čimbenika izgradnje otpornosti na stres kod djece ranog djetinjstva.

PROBLEM ISTRAŽIVANJA

Ispitati odgajateljsku i roditeljsku percepciju čimbenika izgradnje otpornosti na stres kod djece od ranog djetinjstva.

4. METODE RADA

4.1. Uzorak ispitanika

U istraživanju je sudjelovalo 67 odgajatelja i 33 roditelja djece od 6. do 7. godine života. Dok je uzorak roditelja obuhvaćao roditelje s područja Varaždinske županije, uzorak odgajatelja činili su odgajatelji iz raznih dijelova Hrvatske (popunjavanjem on - line ankete).

U uzorku od 67 odgajatelja, sve su pripadnice ženskog spola. Raspon radnog staža odgajatelja kreće se od 1 godine do 40 godina, a prosječni radni staž iznosi 13,6 godina.

Od 33 roditelja, 15,2 % (N=5) su pripadnici muškog spola, dok je 84,2 % (N=28) pripadnica ženskog spola. Raspon dobi roditelja kretao se (po godištima rođenja) od 1974. godine do 1991. godine, a najviše ispitanika ima između 31 i 36 godina. Najveći broj roditelja ima završenu srednju školu (51,5 %), zatim slijede oni koji su završili fakultet (36,4 %), dok višu školu ima završeno 12,1 % ispitanika.

4.2. Uzorak varijabli – mjerni instrumenti

Kako bi se moglo utvrditi koliku važnost odgajatelji i roditelji predškolske djece pridaju izgradnji otpornosti na stres kod djece od najranijeg djetinjstva, izrađena su dva anketna upitnika koji su se sastojali od određenih tvrdnji pomoću kojih ispitanici mogu izraziti svoje stavove o izgradnji otpornosti kod djece. U oba upitnika sudionicima je bila zajamčena anonimnost podataka, a podaci se koriste isključivo za potrebe ovog završnog rada.

4.2.1. Anketa za odgajatelje

Anketa za odgajatelje koncipirana je na jednak način kao i za roditelje, samo što ovdje nema pitanja o pojedinom djetetu, s obzirom da je svako dijete individua za sebe, pa odgajatelj ne može generalizirati dječja ponašanja, posebno ne u toj dobi.

Stoga je zadatak odgajatelja da procijene vlastita iskustva, stavove, kompetencije i ponašanja u radu s djecom, također na ljestvici brojeva od 1 do 3:

1- uopće se ne slažem
2- djelomično se slažem
3- u potpunosti se slažem

Opći dio ankete sadrži podatke kao što su spol, godište rođenja, broj godina rada kao odgajatelja, dobnu skupinu djece s kojom rade, te stručnu spremu. Drugi dio ankete sastoji se od 60 čestica, od kojih su neke jednake kao i kod roditelja, a neke se odnose samo na odgajatelje.

U ovoj anketi prvi dio odnosi se na komunikacijske kompetencije (Tablica 1). Dok su 1., 3., i 4. tvrdnja iz područja učinkovite komunikacije jednaka kao i u anketi za roditelje, te sve tvrdnje iz područja asertivnosti, 2. i 5. tvrdnja ubačene su kao zasebne tvrdnje za odgajatelje kojima mogu procijeniti vlastite komunikacijske kompetencije, te izraziti općeniti stav o komunikaciji.

Tablica 1. Varijable koje se odnose na komunikacijske kompetencije – anketa za odgajatelje

1.	KOMUNIKACIJSKE VJEŠTINE
1.1.	UČINKOVITA KOMUNIKACIJA
1.	Sa djecom u svojoj odgojnoj skupini razgovaram o stvarima kao što su: strahovi, frustracije, stres, samoća.
2.	Smatram da sam dobar komunikacijski model djeci svoje odgojne skupine.
3.	Smatram kako je mišljenje djece manje važno od mišljenja odraslih.
4.	Djeca moraju prihvatiti mišljenje odrasle osobe.
5.	Dobra komunikacija ne zahtijeva poseban napor.
1.2.	ASERTIVNOST
6.	Sukobi mogu biti izvor inspiracije, učenja, poboljšanih odnosa i učenja.
7.	Dijete bi trebalo kazniti kada učini neku pogrešku (razbije čašu, prolije vodu, udari prijatelja i sl.).
8.	Djeci u svojoj skupini objašnjavam svoje postupke.
9.	Kod igranja društvenih igara (npr. Čovječe ne ljuti se) popuštam djeci.
10.	Djeca koja se uvijek odlučno zauzimaju za sebe češće se sukobljavaju.

Ovaj dio sastoji se od 10 čestica. Odgajatelji u 1., 3., 4., 6., 8. i 9. tvrdnji iskazuju svoje stavove o utjecaju stresa, nagradama i kaznama za (ne)prihvatljivo ponašanje djece i preuzimanju odgovornosti za vlastita djela, dok se 2. tvrdnjom želi ispitati stav odgajatelja o dječjim prijateljstvima. Razgovor s djecom o osjećajima je iznimno važan za razvoj mnogih aspekata, kao što su socijalna osjetljivost, empatija i sl., 5. i 7. i 10. tvrdnjom želi se utvrditi u kolikoj mjeri odgajatelji razgovaraju s djecom o osjećajima i kakve stavove imaju spram dječjeg osjećanja pravde (Tablica 2).

Tablica 2. Varijable o uspostavljanju i održavanju zdravih odnosa – anketa za odgajatelje

	2. USPOSTAVLJANJE I ODRŽAVANJE ZDRAVIH ODNOSA
	2.1. ZDRAVI ODNOSI
1.	Djecu treba maksimalno zaštititi od stresa i negativnih utjecaja.
2.	Prijateljstvo pomaže djeci da razviju samopoštovanje, emocionalnu sigurnost i pozitivan pojam o sebi.
3.	Nagrađujem i pohvaljujem djecu u skupini za dobro i prihvatljivo ponašanje.
4.	Kažnjavam djecu za loše ponašanje.
5.	S djecom u svojoj odgojnoj grupi razgovaram o osjećajima.
	2.2. SURADNIČKE VJEŠTINE, EMPATIJA I MORALNO RASUĐIVANJE
6.	Djeci ne treba davati odgovornosti.
7.	Djeca imaju sposobnost da utješe nekoga tko je tužan.
8.	Dijete bi trebalo učiti da uvijek prvo misli na sebe, a tek onda na druge.
9.	Djeca moraju preuzimati odgovornost za posljedice svojega ponašanja.
10.	Djeca razumiju osjećaj pravde.

Sljedećih 10 tvrdnji usmjereno je na pozitivno razmišljanje i pozitivne emocije (Tablica 3), a 1., 2. i 5. čestica jednake su kao i kod ankete za roditelje. 2. i 3. namjerno su stavljene kao kontradiktorne definicije, kako bi se utvrdilo kakav stav imaju odgajatelji o dječjim pogreškama i ohrabrivanju za njihovo ispravljanje, dok je 4. tvrdnja postavljena u negativnom smjeru. Posljednjih 5 čestica, od 6. do 10., jednake su kao i u anketi za roditelje.

Tablica 3. Varijable o razvijanju pozitivnog mišljenja – anketa za odgajatelje

3. RAZVIJANJE POZITIVNOGA MIŠLJENJA	
3.1. POZITIVNO I OPTIMISTIČNO MIŠLJENJE	
1.	Na svaku situaciju ne može se gledati s vedrije (optimistične) strane.
2.	Kada dijete pogriješi, treba ga ohrabriti za ispravljanje greške.
3.	Pogreške ne štete djeci, one su sastavni dio života i učenja.
4.	Djeca pred velikim izazovima trebaju odustati.
5.	Djeci u svojoj odgojnoj skupini čitam priče u kojima likovi prolaze kroz teške životne situacije.
3.2. POZITIVNE EMOCIJE	
6.	Isprobavanje novih stvari i iskustava predstavlja opasnost za djecu.
7.	Ne vidim ništa loše u zaigranosti i humoru pred djetetom.
8.	Osjećaje tuge i ljutnje ne treba pokazivati pred djecom.
9.	Djeca mogu shvatiti kako se o nekim stvarima mora porazgovarati ozbiljno, bez humora.
10.	Djecu bi trebalo učiti da ne odustaju pred izazovima.

Jednako kao i kod roditelja, i u ovom upitniku važan dio predstavljaju teme rješavanja problema i autonomije djece (Tablica 4). Tvrdnje od 1. do 4. te od 6. do 9. jednake su kao i u drugoj anketi, dok je 5. fraza postavljena kao pozitivan stav o rješavanju problema, a 10. kao negativan stav o nejednakosti mišljenja djece i odraslih.

Tablica 4. Varijable koje se odnose na razvoj samoodređenja – anketa za odgajatelje

4. RAZVOJ SAMOODREĐENJA	
4.1. RJEŠAVANJE PROBLEMA	
1.	Djeca mogu prepoznati i imenovati osjećaje tuge, ljutnje, straha, sreće i iznenađenja.
2.	Djeca ne mogu razumjeti kako se netko drugi osjeća (npr. kako se osjeća prijatelj koji plače).
3.	Sa djecom u svojoj odgojnoj skupini razgovaram kako postupiti u situacijama koje bi mu predstavljale problem (ako se npr. izgubi u supermarketu ili na plaži; kada mu se obrati nepoznata osoba i sl.).
4.	Djeci u svojoj odgojnoj skupini čitam slikovnice/pričam priče u kojima se likovi nalaze pred nekim problemom.
5.	Djeca trebaju naučiti da se problemi rješavaju u koracima, a ne odjednom.
4.2. OSNAŽIVANJE I AUTONOMIJA	
6.	Djeca imaju pravo donositi odluke u dnevnim rutinama (što će obući u vrtić, kojom igračkom će se igrati, koju slikovnicu ili priču želi čuti..).
7.	Sa djecom u svojoj odgojnoj skupini razgovaram o svojem djetinjstvu.
8.	Djeca u mojoj odgojnoj skupini imaju obaveze, poput spremanja igračaka.
9.	Djeci svoje odgojne skupine dajem mogućnost da se samostalno spuštaju toboganom.
10.	Djeca nemaju jednak utjecaj na odrasle kao što odrasli imaju na djecu.

U dijelu vezanom uz izgradnju i jačanje osobnih snaga koje pogoduju razvoju otpornosti kod djece (Tablica 5), 1. i 2. tvrdnja te tvrdnje od 6. do 9. su jednake kao i u upitniku za roditelje, dok tvrdnje od 3. do 5. te posljednja čestica ukazuju na stavove odgajatelja o dječjim sposobnostima i kompetencijama koja oni kao profesionalci mogu prepoznati.

Tablica 5. Varijable o izgradnji osobne snage – anketa za odgajatelje

5. IZGRADNJA OSOBNE SNAGE	
5.1. POZITIVNO SAMOPOIMANJE I SAMOPOUZDANJE	
1.	Ako djeca tijekom djetinjstva steknu veliko samopouzdanje u sebe, postat će uobražena i samodopadna.
2.	Sa svakim djetetom iz svoje skupine razgovaram o njegovim pozitivnim osobinama (npr. što voli na sebi, sluša li svoje prijatelje, pomaže li im i sl.).
3.	Djeca mogu stvarati pozitivna uvjerenja o sebi.
4.	Djeca mogu prepoznati koje pozitivne osobine njihovi prijatelji vole na njemu/njoj.
5.	Samopouzdanje je urođeno i teško se stječe.
5.2. KORIŠTENJE JAKIH STRANA U AKADEMSKOM I DRUŠTVENOM OKRUŽENJU	
6.	Djecu bi u vrtiću trebalo pripremiti za školu (npr. trebaju znati zbrajati i oduzimati barem do 10, trebaju znati pisati slova i čitati i sl.)
7.	Sa djecom svoje odgojne skupine razgovaram o polasku u školu.
8.	Interese koji se javljaju u doba kada idu u vrtić, djeca često zapostavljaju polaskom u školu.
9.	Pokazujem zanimanje za dječje interese i podržavam ih u njihovom razvoju.
10.	Djeca predškolske dobi imaju sposobnost da utješe sama sebe kada su tužna.

Posljednje područje, jednako važno i za roditelje i za odgajatelje, je pretvaranje izazova u prilike (Tablica 6). Ovdje se 1., 3., 4., 6., 7. i 8. tvrdnja pojavljuju u istom obliku u oba upitnika, gdje se ispituju stavovi, kompetencije i ponašanja koja roditelji i odgajatelji imaju i primjenjuju u odgoju djece. Dok je 2. fraza predstavljena kao pozitivan i potvrdan stav, 5. je čestica njezina suprotnost.

Tablica 6. Varijable koje se odnose na pretvaranje izazova u prilike – anketa za odgajatelje

6. PRETVARANJE IZAZOVA U PRILIKE	
6.1. SUOČAVANJE S NEDAĆAMA, GUBITKOM I PROMJENOM	
1.	Djeci u svojoj odgojnoj skupini čitam slikovnice/pričam priče u kojima likovi, unatoč teškim situacijama pokazuju hrabrost i ustrajnost.
2.	Djeca prepreke i životne nedaće trebaju naučiti gledati kao izazov koji treba svladati, a ne kao prijeteće situacije koje sprječavaju pozitivan ishod.

3.	Smatram kako djeci nije potrebno davati objašnjenja i opterećivati ih pitanjima smrti osobe, ljubimca, bolesti i sličnih teških situacija i gubitaka
4.	S djecom svoje odgojne skupine razgovaram o promjenama koje će uslijediti, i opisujem im korak po korak što bi se moglo događati.
5.	Sposobnost pretvaranja izazova u prilike je urođena i ne može je svatko naučiti.
6.2. SUOČAVANJE SA SUKOBIMA, VRŠNJAČKIM NASILJEM I ODBACIVANJEM	
6.	U sukobu odrasle osobe i djeteta, odrasla osoba je uvijek u pravu.
7.	Sukobe i prepirke odraslih osoba treba izbjegavati pred djecom.
8.	Djeci u svojoj odgojnoj skupini objašnjavam kako svaka situacija ne mora biti odbacivanje.
9.	Djeca ne mogu sagledati sukobe iz drugog kuta.
10.	Nakon sukoba među djecom, svakom djetetu dozvoljavam da izrazi što misli i osjeća.

4.2.2. Anketa za roditelje

Anketa je sadržavala dva dijela. Prvi dio je opći dio, gdje su se prikupljali opći podaci: spol ispitanika, godište rođenja te stručna sprema. Nakon općeg dijela je slijedio dio koji se sastojao od po 12 kratkih tvrdnji i stavova koje se odnose na 6 područja razvijanja otpornosti, koja su bila obuhvaćena ovim istraživanjem. Na kraju svake tvrdnje nalazila se skala procjene od 1 do 3, a roditelji su zaokruživali broj koji najbolje odgovara njihovom stavu:

1 – uopće se ne slažem
2 – djelomično se slažem
3 – u potpunosti se slažem

Prvim dijelom ankete koji se odnosi na otpornost ispituju se komunikacijske vještine (Tablica 7), a pri čemu se želi ispitati koliku važnost roditelji pridaju kvalitetnoj komunikaciji kao osnovnom mediju uspostavljanja odnosa sa djetetom i modela koji mu pružaju vlastitim ponašanjem. Tako se tvrdnje 1, 2, 3 i 6, učinkovite komunikacije odnose na vlastiti odnos sa djetetom, odnosno način na koji roditelji komuniciraju s djetetom i ono s njima. 4. tvrdnja odražava stav koji imaju spram odgajatelja njihovog djeteta te njegovih komunikacijskih vještina, a 5. tvrdnja pokazuje njihov stav o važnosti koju pridaju djetetovom mišljenju. Tvrdnje od broja 7 do broja 12 odnose se na poticanje asertivnosti, pa tako 7., 8., 11. i 12. čestica pokazuju roditeljeve stavove o sukobima, kažnjavanju djeteta i njegovoj poslušnosti

odraslim osobama. 9. tvrdnjom želi se utvrditi koliko roditelji objašnjavaju djeci vlastite postupke i ponašanja, dok je 10. tvrdnja odraz roditeljevog popuštanja djetetu u društvenim igrama, što kasnije može biti i pokazatelj popuštanja u drugim segmentima odgoja, a u krajnjem slučaju i permisivnog stila roditeljskog odgoja.

Tablica 7. Varijable koje se odnose na komunikacijske vještine – anketa za roditelje

	1. KOMUNIKACIJSKE VJEŠTINE
	1.1. UČINKOVITA KOMUNIKACIJA
1.	Sa svojim djetetom razgovaram o stvarima kao što su: strahovi, frustracije, stres, samoća.
2.	Moje dijete mi se povjerava o svim stvarima koje mu se događaju (u vrtiću i sl.).
3.	Dijete mi daje povratnu informaciju o razumljivosti mojih zahtjeva (npr. na zahtjev „Pospremi igračke na njihovo mjesto.“)
4.	Odgajatelji u skupini koju pohađa moje dijete dobar su mu komunikacijski model (uvažavaju njegovo mišljenje, slušaju ga, aktivno komuniciraju).
5.	Smatram kako je mišljenje djece manje važno od mišljenja odraslih.
6.	Kada netko govori, moje dijete ga može saslušati bez upadanja u riječ.
	1.2. ASERTIVNOST
7.	Sukobi su mogu biti izvor inspiracije, učenja, poboljšanih odnosa i učenja.
8.	Dijete bi trebalo kazniti kada učini neku pogrešku (razbije čašu, prolije vodu, udari prijatelja i sl.)
9.	Svojem djetetu objašnjavam svoje postupke i ponašanja.
10.	Kod igranja društvenih igara (npr. Čovječe ne ljuti se) popuštam djetetu.
11.	Djeca koja se uvijek odlučno zauzimaju za sebe češće se sukobljavaju.
12.	Djeca moraju slušati zapovijedi odraslih.

Narednih 12 čestica odnosi se na uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa (Tablica 28). Iz 1. tvrdnje može se vidjeti mišljenje roditelja o zaštiti djece od stresa, a 2. tvrdnja namjerno je postavljena kao negativan stav da starija braća mogu djeci zamijeniti prijatelje, što u određenoj mjeri smatramo da odražava roditeljske stavove o važnosti koju prijatelji imaju za djecu. 4., 5. i 6. tvrdnja usmjerene su na roditeljevo ponašanje i mišljenje o ravnopravnosti djeteta s ostalim članovima te kažnjavanju djeteta, kao i slobodnom vremenu i igri. Stavovi ili predrasude o suradnji, te osjećaji empatije i moralnog rasuđivanja sadržani su u tvrdnjama pod brojevima 7, 10 i 11, dok 8., 9. i 12. tvrdnjom roditelji procjenjuju kakva su djeca po pitanju dijeljenja s drugima i suosjećanja prema prijateljima.

Tablica 8. Varijable koje se odnose na uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa - anketa za roditelje

2. USPOSTAVLJANJE I ODRŽAVANJE ZDRAVIH ODNOSA	
2.1. ZDRAVI ODNOSI	
1.	Djecu treba maksimalno zaštititi od stresa i negativnih utjecaja.
2.	Starija braća mogu mlađoj braći nadomjestiti prijatelje vršnjake.
3.	Nagrađujem i pohvaljujem svoje dijete za dobro i prihvatljivo ponašanje.
4.	Kažnjavam svoje dijete za loše ponašanje.
5.	Dijete je jednakopravan član obitelji kao i svi ostali članovi (npr. uvažava se njegovo mišljenje kod preseljenja, kupnje automobila i sl.).
6.	Moje dijete redovito se igra s vršnjacima i izvan vrtića.
2.2. SURADNIČKE VJEŠTINE, EMPATIJA I MORALNO RASUĐIVANJE	
7.	Djeci ne treba davati odgovornosti.
8.	Moje dijete rado dijeli svoje igračke s drugom djecom.
9.	Moje dijete želi uvijek biti u centru pažnje.
10.	Dijete bi trebalo učiti da uvijek prvo misli na sebe, a tek onda na druge.
11.	Djeca moraju preuzimati odgovornost za posljedice svojega ponašanja.
12.	Moje dijete bez ikakvog problema može čekati na red.

Sljedećih 12 tvrdnji (Tablica 9) odnose se na razvijanje pozitivnog mišljenja i emocija kod djece, kao što su to 1., 3., 5., 6. i 7., ali isto tako reflektira i roditeljske stavove o optimističnom razmišljanju, prevladavanju prepreka i ohrabrivanju za ispravljanje pogrešaka, pokazivanju vlastitih osjećaja pred djetetom ovisno o razini slaganja sa navedenim tvrdnjama, što se može vidjeti u 4. tvrdnji te u posljednjih 5 tvrdnji (od 8. do 12.).

Tablica 9. Varijable o razvijanju pozitivnoga mišljenja - anketa za roditelje

3. RAZVIJANJE POZITIVNOGA MIŠLJENJA	
3.1. POZITIVNO I OPTIMISTIČNO MIŠLJENJE	
1.	Moje dijete često razmišlja negativno.
2.	Na svaku situaciju ne može se gledati s vedrije (optimistične) strane.
3.	Moje dijete razgovara sa mnom i o nekim neugodnim situacijama (svađa s prijateljima, ruganje i sl.).
4.	Kada dijete pogriješi, treba ga ohrabriti za ispravljanje greške.
5.	Svojem djetetu čitam priče u kojima likovi prolaze kroz teške životne situacije.
6.	U igrama u kojima postoji pobjednik (npr. „Čovječe ne ljuti se“ i sl.) moje dijete mora pobijediti, u protivnom se razljuti
3.2. POZITIVNE EMOCIJE	
7.	Moje dijete često odustaje kada naiđe na neku prepreku (težak zadatak).
8.	Isprobavanje novih stvari i iskustava predstavlja opasnost za djecu.
9.	Ne vidim ništa loše u zaigranosti i humoru pred djetetom.
10.	Osjećaje tuge i ljutnje ne treba pokazivati pred djetetom.

11.	Djeca mogu shvatiti kako se o nekim stvarima mora porazgovarati ozbiljno, bez humora.
12.	Djecu bi trebalo učiti da ne odustaju pred izazovima.

Jedno od važnih područja u razvijanju i jačanju djetetove otpornosti obuhvaćeno je područjem razvijanja samoodređenja (Tablica 10). 1. i 7. tvrdnja predstavljaju općeniti stav o djetetovom prepoznavanju vlastitih osjećaja i slobodi donošenja svakodnevnih odluka. Tvrdnjama od 2. do 6. željelo se utvrditi na koji način roditelji procjenjuju osjećaje vlastitog djeteta koji se javljaju kod suočavanja s nekim problemom. Isto tako, u posljednjih 5 tvrdnji, dakle, od 8. do 12., želi se utvrditi koliku autonomiju roditelji daju svom djetetu u donošenju odluka, ali i odgovornostima koje one nose sa sobom.

Tablica 10. Varijable koje se odnose na razvoj samoodređenja - anketa za roditelje

4. RAZVOJ SAMOODREĐENJA	
4.1. RJEŠAVANJE PROBLEMA	
1.	Djeca mogu prepoznati i imenovati osjećaje tuge, ljutnje, straha, sreće i iznenađenja.
2.	Moje dijete razlikuje osjećaj tuge od osjećaja straha ili ljutnje.
3.	Djeca ne mogu razumjeti kako se netko drugi osjeća (npr. kako se osjeća prijatelj koji plače).
4.	Sa svojim djetetom razgovaram kako postupiti u situacijama koje bi mu predstavljale problem (ako se npr. izgubi u supermarketu ili na plaži; kada mu se obrati nepoznata osoba i sl.).
5.	Moje dijete ima/ imalo bi pravo odlučivanja kod situacija kao što su preseljenje, kupnja automobila, igranje s djecom obiteljskih prijatelja i sl.
6.	Svojem djetetu čitam slikovnice/pričam priče u kojima se likovi nalaze pred nekim problemom.
4.2. OSNAŽIVANJE I AUTONOMIJA	
7.	Djeca bi smjela donositi odluke u dnevnim rutinama (što će obući u vrtić, kojom igračkom će se igrati, koju slikovnicu ili priču želi čuti..).
8.	Moje dijete zna osnovne podatke o sebi kao što su: njegovo ime i prezime, ime mame i tate, adresu, broj telefona.
9.	Moje dijete smije skakati u lokve s vodom.
10.	Kada u nečemu uspije, dijete nagradim npr. odlaskom u Mc'Donalds, novom igračkom, sladoledom, slatkišima, odjećom i sl.
11.	Sa svojim djetetom razgovaram o svojem djetinjstvu.
12.	Moje dijete ima obaveze poput spremanja igračaka, brige o ljubimcu i sl.

Jednako kao i u prethodnim dijelova upitnika za roditelje, i naredni dio sadrži 12 tvrdnji, a ovdje se radi o snagama koje su potrebne za suočavanje sa stresom i jačanje otpornosti (Tablica 11). Budući da su pozitivno samopoimanje te samopouzdanje i pozitivna slika o sebi bitni čimbenici koji doprinose socijalnom i društvenom razvoju i napretku, u 1. te 3., 4., 5. i 6. tvrdnji želi se ispitati potiču li roditelji i na koji način samopouzdanje djeteta. 2. i 7. tvrdnja namjerno su

postavljene u negativnom smjeru, kako bi se moglo utvrditi imaju li roditelji predrasude da su samopouzdana djeca ujedno i uobražena, te trebaju li djeca već u predškolskom razdoblju biti potpuno pripremna za školu. 8., 9., 11. i 12. konstatacija mogu prikazati imaju li djeca strah od škole već i prije samog polaska u tu ustanovu, te pokazuju li roditelji zanimanje za djetetov razvoj, dok 10. tvrdnja može odražavati osoban stav roditelja, koji potvrdnim odgovorom prikazuje da roditelji mogu smatrati kako škola u djeci ne potiče toliko interesa kao što je to slučaj u predškolskom razdoblju.

Tablica 11. Varijable o izgradnji osobne snage - anketa za roditelje

5. IZGRADNJA OSOBNE SNAGE	
5.1. POZITIVNO SAMOPOIMANJE I SAMOPOUZDANJE	
1.	Moje dijete ima razvijen pozitivan pojam o sebi (npr. „Lijepo pjevam“, „Ja sam dobar prijatelj“ i sl.).
2.	Ako djeca tijekom djetinjstva steknu veliko samopouzdanje u sebe, postat će uobražena i samodopadna.
3.	Sa svojim djetetom razgovaram o svojim jakim stranama (strpljenje, pomaganje, slušanje i sl.)
4.	Moje dijete misli da je pametnije nego druga djeca.
5.	Svojem djetetu dajem do znanja da sam ponosan/ponosna na njega.
6.	Sa svojim djetetom razgovaram o njegovim pozitivnim osobinama (npr. što voli na sebi, sluša li svoje prijatelje, pomaže li im i sl.).
5.2. KORIŠTENJE JAKIH STRANA U AKADEMSKOM I DRUŠTVENOM OKRUŽENJU	
7.	Djecu bi u vrtiću trebalo pripremiti za školu (npr. trebaju znati zbrajati i oduzimati barem do 10, trebaju znati pisati slova i čitati i sl.)
8.	Sa svojim djetetom razgovaram o polasku u školu.
9.	Moje dijete boji se odlaska iz vrtića i polaska u školu.
10.	Interese koji se javljaju u doba kada idu u vrtić, djeca često zapostavljaju polaskom u školu.
11.	Pokazujem zanimanje za djetetove interese i podržavam ga u njihovom razvoju.
12.	Moje dijete u slobodno vrijeme sudjeluje u raznim aktivnostima (ples, sport, gluma, pjevanje i sl.).

Posljednjih 12 tvrdnji obuhvaća iznimno važno područje u izgradnji otpornosti, a to je način na koji se roditelji i djeca nose sa životnim problemima, nedaćama i stresom, te vršnjačkim odbacivanjem, pa i zlostavljanjem (Tablica 12). Tako se 1., 3., 4., 8. i 11. tvrdnjom mogu dobiti informacije je li se pojedino dijete susrelo sa izuzetnim količinama stresa, kao što su smrt bliske osobe ili teže bolesti, te je li doživjelo neki oblik odbacivanja ili vršnjačkog nasilja. Vlastite stavove, ali i postupke kojima djetetu olakšavaju i pomažu u nošenju sa stresnim situacijama, roditelji mogu izraziti pomoću 2., 5., 6., 7., 9., 10. i 12. tvrdnje te tako dati sliku o važnom segmentu djetetove otpornosti.

Tablica 12. Varijable koje se odnose na pretvaranje izazova u prilike - anketa za roditelje

6. PRETVARANJE IZAZOVA U PRILIKE	
6.1. SUOČAVANJE S NEDAĆAMA, GUBITKOM I PROMJENOM	
1.	Moje dijete susrelo se s težom bolešću.
2.	Svojem djetetu čitam slikovnice/pričam priče u kojima likovi, unatoč teškim situacijama pokazuju hrabrost i ustrajnost.
3.	Moje dijete imalo je bliski susret sa smrću nekoga koga poznaje.
4.	Moje dijete imalo je iskustvo promjene mjesta boravka (preseljenje u novu sredinu).
5.	Smatram kako djeci nije potrebno davati objašnjenja i opterećivati ih pitanjima smrti osobe, ljubimca, bolesti i sličnih teških situacija i gubitaka
6.	Sa svojim djetetom razgovaram o promjenama koje će uslijediti, i opisujem mu korak po korak što bi se moglo događati.
6.2. SUOČAVANJE SA SUKOBIMA, VRŠNJAČKIM NASILJEM I ODBACIVANJEM	
7.	U sukobu odrasle osobe i djeteta, odrasla osoba je uvijek u pravu.
8.	Moje dijete susrelo se sa slučajem vršnjačkog nasilja u vrtiću ili izvan njega (verbalno ili tjelesno, zadirkivanje, ruganje, otimanje stvari i sl.).
9.	Moje dijete bi mi se povjerilo da doživi bilo koji oblik vršnjačkog nasilja.
10.	Sukobe i prepirke sa supružnikom treba izbjegavati pred djecom.
11.	Dijete mi se povjerilo da je imalo iskustvo s odbacivanjem (npr. „Noa se nikad ne igra sa mnom.“).
12.	Svojem djetetu objašnjavam kako svaka situacija ne mora biti odbacivanje.

4.3. Način prikupljanja i obrada podataka

Istraživanje je provedeno u razdoblju od lipnja do srpnja 2016. godine.

Anketa za roditelje djece u dobi o 6. do 7. godine bila je podijeljena u jednom vrtiću na području Varaždinske županije, te nekoliko roditelja izvan vrtića. Ankete su podijeljene prilikom susreta odgajatelja i roditelja, pri dolasku ili odlasku iz vrtića sa djecom, dok su roditeljima koji nisu korisnici tog istog vrtića, uručene osobno, na njihovoj adresi. U istraživanju je sudjelovalo ukupno 33 roditelja, koji su kroz 72 tvrdnje izrazili svoje stavove o razvoju otpornosti kod djece.

Anketa za odgajatelje bila je predstavljena u on–line obliku, tako da su u istraživanju sudjelovali ispitanici iz raznih dijelova Hrvatske. Ukupan broj odgajatelja koji je sudjelovao je 202, no uzorak odgajatelja koji rade sa djecom pred polazak u školu iznosi 67. Anketa se sastojala od 60 tvrdnji, kojima su odgajatelji na ljestvici od 1 do 3, kao i roditelji, mogli iznijeti svoje stavove o različitim područjima koja obuhvaćaju pojam otpornosti.

U obradi podataka i prikazu rezultata upotrebljavala se deskriptivna statistika.

5. REZULTATI

Kako bi se ustanovilo koliku važnost odgajatelji predškolske djece pridaju stresnim utjecajima na djecu i stjecanju snaga za jačanje otpornosti na takve nepovoljne čimbenike, u Tablici 13 prikazan je broj odgajatelja (N=67) koji su brojevima 1, 2 ili 3 na ponuđenoj ljestvici označili razinu slaganja ili neslaganja s navedenim tvrdnjama koje se odnose na uspostavljanje zdravih odnosa, te suradničke vještine i osjećaje empatije.

Da bi djecu od stresa i stresnih utjecaja trebalo zaštititi u najvećoj mogućoj mjeri, smatra 7 odgajatelja, 29 ih se djelomično složilo sa takvim mišljenjem, dok 31 ispitanik smatra kako djecu nije moguće ni potrebno u potpunosti zaštititi od stresa. To je ujedno i jedna od čestica na kojoj se vidi visoka procjena odgajatelja da stres nije moguće u potpunosti isključiti iz života djece. Sa tvrdnjom da sklapanje prijateljstava pomaže djetetu da stekne sigurnost u samog sebe, pozitivan odnos prema sebi i drugima, slaže se čak 94 % ispitanika (N=63), dok se 6 % djelomično slaže (N=4). Što se tiče pohvala i nagrada, 43 odgajatelja izjavila su da to kontinuirano rade, 3 odgajatelja nemaju praksu pohvaliti ili nagraditi dijete kada je napravilo nešto dobro, dok 21 odgajatelj to učini povremeno. S druge strane, 33 odgajatelja nikad ne kažnjava djecu za eventualno loše ponašanje, dok ih 4 to učini uvijek, a 30 ponekad. Razgovor o osjećajima s djecom u odgojnoj skupini vodi 60 odgajatelja, dok njih 7 djelomično prakticira ovakve otvorene razgovore. Prema rezultatima, stav da djeci ne treba davati odgovornosti (poput hranjenja ljubimaca) u potpunosti zagovara 3 odgajatelja, 1 djelomično, a 63 odgajatelja smatra suprotno od navedene tvrdnje. Da djeca imaju sposobnost utješiti nekoga tko je tužan ili usamljen, smatra velika većina odgajatelja, odnosno njih 64, dok se 3 njih djelomično slaže. Podjednak broj neslaganja i djelomičnog slaganja pripao je čestici da bi dijete trebalo naučiti prvo se pobrinuti i misliti na sebe, a tek onda na druge, pa se tako 32 odgajatelja nije složilo, a 35 se djelomično složilo sa tom izrekom. Suprotno od tvrdnje da djeci ne treba davati odgovornosti, sa tvrdnjom u kojoj stoji da djeca moraju naučiti preuzimati odgovornosti za svoja ponašanja u potpunosti se složilo 82,1 % ispitanika (N=55), dok se djelomično sa tim slaže njih 17,9 % (N=12). Stav da djeca mogu razumjeti osjećaj pravde zagovara 39 odgajatelja, 2 smatra kako djeca nemaju tu sposobnost, dok se njih 26 djelomično slaže.

Tablica 13. Stavovi odgajatelja o uspostavljanju i važnosti zdravih odnosa

VARIJABLA	UOPĆE SE NE SLAŽEM (f)	DJELOMIČNO SE SLAŽEM (f)	U POTPUNOSTI SE SLAŽEM (f)
Djecu treba maksimalno zaštititi od stresa i negativnih utjecaja.	31	29	**7**
Prijateljstvo pomaže djeci da razviju samopoštovanje, emocionalnu sigurnost i pozitivan pojam o sebi.	/	4	63
Nagrađujem i pohvaljujem djecu u skupini za dobro i prihvatljivo ponašanje.	**3**	21	43
Kažnjavam djecu za loše ponašanje.	33	**30**	**4**
S djecom u svojoj odgojnoj grupi razgovaram o osjećajima.	/	7	60
Djeci ne treba davati odgovornosti.	63	1	**3**
Djeca imaju sposobnost da utješe nekoga tko je tužan.	/	3	64
Dijete bi trebalo učiti da uvijek prvo misli na sebe, a tek onda na druge.	32	35	/
Djeca moraju preuzimati odgovornost za posljedice svojega ponašanja.	/	12	55
Djeca razumiju osjećaj pravde.	**2**	26	39

Tablica 14 prikazuje broj odgajatelja (N=67) koji su na Likertovoj ljestvici od tri stupnja odredili svoj stupanj slaganja na 10 tvrdnji s područja pozitivnog razmišljanja i emocija. Veći broj visokih ili niskih procjena, u odnosu na druge tvrdnje, dobiven je u 1., 5., 6. i 8. tvrdnji, pa tako rezultati prve tvrdnje pokazuju da 18 odgajatelja smatra kako se na svaku situaciju ne može gledati s vedrije strane, a 24 se djelomično slaže s tom tvrdnjom. 25 odgajatelja na svaku situaciju može gledati pozitivno. Kada dijete u nečemu pogriješi, 61 odgajatelj ohrabruje ga na njezino ispravljanje, 5 ih djelomično to radi, dok 1 odgajatelj ne smatra da je potrebno potaknuti dijete da ispravi neku pogrešku. Isto tako, 1 odgajatelj misli da su pogreške nešto što može samo štetiti, 11 njih je neodlučno, dok 55 osoba misli da su pogreške potrebne svakom djetetu, te da se iz njih može nešto naučiti. Nadalje,

velika većina odgajatelja, točnije, njih 63, ne slaže se da djeca pred velikim izazovima trebaju odustati, a 4 se djelomice slaže. Slikovnice u kojima se likovi suočavaju s nekom teškom životnom situacijom djeci čita 52 % odgajatelja (N=35), ponekad to čini 47 % (N=32), dok 1 odgajatelj ne čita djeci takve slikovnice. Stav da isprobavanje novih stvari može naštetiti djeci zagovara 4 odgajatelja, djelomično se slaže 8 odgajatelja, dok 55 njih misli da nova iskustva djeci ne predstavljaju opasnost. Humor i zaigranost pred djecom pokazuje 61 odgajatelj, a 6 ih pokazuje djelomice. Visoke procjene mogu se vidjeti i prilikom izjave odgajatelja da osjećaje tuge ili ljutnje ne treba pokazivati pred djecom. S tom izjavom potpuno se slaže 4 odgajatelja, a čak 11 profesionalaca djelomično se slaže s tim. 52 odgajatelja ipak se ne slaže s tom tvrdnjom. Mišljenje da djeca mogu shvatiti da se neke situacije moraju rješavati ozbiljno i bez humora, djelomično zastupa 10 odgajatelja, a u potpunosti 57. Isto tako, da djeca ne smiju odustajati pred izazovima, smatra 63 odgajatelja, 3 se djelomice slaže, a 1 se ne slaže.

Tablica 14. Stavovi odgajatelja o pozitivnom razmišljanju i osjećajima

VARIJABLA	UOPĆE SE NE SLAŽEM (f)	DJELOMIČNO SE SLAŽEM (f)	U POTPUNOSTI SE SLAŽEM (f)
Na svaku situaciju ne može se gledati s vedrije (optimistične) strane.	25	**24**	**18**
Kada dijete pogriješi, treba ga ohrabriti za ispravljanje greške.	1	5	61
Pogreške ne štete djeci, one su sastavni dio života i učenja.	1	11	55
Djeca pred velikim izazovima trebaju odustati.	63	4	/
Djeci u svojoj odgojnoj skupini čitam priče u kojima likovi prolaze kroz teške životne situacije.	**1**	**31**	35
Isprobavanje novih stvari i iskustava predstavlja opasnost za djecu.	55	**8**	**4**
Ne vidim ništa loše u zaigranosti i humoru pred djetetom.	/	6	61
Osjećaje tuge i ljutnje ne treba pokazivati pred djecom.	52	**11**	**4**

Djeca mogu shvatiti kako se o nekim stvarima mora porazgovarati ozbiljno, bez humora.	/	10	57
Djecu bi trebalo učiti da ne odustaju pred izazovima.	1	3	63

U Tablici 15 dani su rezultati koji pokazuju stavove odgajatelja (N= 67) o jednoj od najvažnijih komponenti izgradnje otpornosti na stresne i nepovoljne utjecaje: osobnim snagama. Tako se 62 odgajatelja ne slaže sa tim da djeca postaju uobražena ukoliko tijekom djetinjstva steknu više samopouzdanja od drugih, dok se 4 djelomice slaže, a 1 u potpunosti. 57 odgajatelja sa svakim djetetom razgovara o njegovim pozitivnim osobinama, dok 10 to povremeno čini. Može se vidjeti i da većina odgajatelja smatra da djeca već u predškolskoj dobi mogu imati pozitivan stav prema samome sebi, što pokazuju brojke od 64 odgajatelja koji tako misle, te 3 odgajatelja koji se djelomice slažu. Isto tako, da djeca mogu prepoznati osobine koje njihovi prijatelji vole na njima, smatra 49 odgajatelja, 17 ih djelomice tako misli, a 1 misli da djeca nemaju tu sposobnost. Djelomično slaganje sa tvrdnjom da je samopouzdanje urođeno pokazuje 12 odgajatelja, 54 se ne slaže s time, a 1 misli da se samopouzdanje ne može steći. Visok broj procjena odgajatelja također je utvrđen na čestici kojom 7 odgajatelja u potpunosti zauzima stav da djeca pri polasku u školu već moraju imati usvojena neka znanja, poput čitanja, te osnovnih računskih operacija, zbrajanja i oduzimanja, dok 40 odgajatelja ne smatra tako, a 20 je odabralo da se djelomično slaže. S druge strane, 58 odgajatelja razgovorom priprema djecu na tu veliku promjenu, dok ih 9 to ne čini u potpunosti. Rezultati također pokazuju da 43 odgajatelja djelomično smatraju da škola ne potiče i ne razvija interese djece u jednakoj mjeri kao u vrtiću, 7 ih se ne slaže, dok 17 njih smatra da djeca interese razvijene u predškolskom razdoblju često ne nastavljaju i u školi. Ipak, 63 odgajatelja pokazuje zanimanje za dječje interese i pokušava ih što više razvijati, dok 4 odgajatelja smatraju kako to čine djelomično. Naposljetku, da djeca mogu sama sebe utješiti, smatra 16 odgajatelja, 43 ih nije u potpunosti sigurno, dok je 8 odgajatelja mišljenja da djeca to ne mogu.

Tablica 15. Procjena odgajatelja o jačanju osobnih snaga kao preduvjetu otpornosti

VARIJABLA	UOPĆE SE NE SLAŽEM (f)	DJELOMIČNO SE SLAŽEM (f)	U POTPUNOSTI SE SLAŽEM (f)
Ako djeca tijekom djetinjstva steknu veliko samopouzdanje u sebe, postat će uobražena i samodopadna.	62	4	1
Sa svakim djetetom iz svoje skupine razgovaram o njegovim pozitivnim osobinama.	/	10	57
Djeca mogu stvarati pozitivna uvjerenja o sebi.	/	3	64
Djeca mogu prepoznati koje pozitivne osobine njihovi prijatelji vole na njemu/njoj.	1	17	49
Samopouzdanje je urođeno i teško se stječe.	54	**12**	**1**
Djecu bi u vrtiću trebalo pripremiti za školu (npr. trebaju znati zbrajati i oduzimati barem do 10, pisati slova i čitati i sl.)	40	**20**	**7**
Sa djecom svoje odgojne skupine razgovaram o polasku u školu.	/	9	58
Interese koji se javljaju u doba kada idu u vrtić, djeca često zapostavljaju polaskom u školu.	7	**43**	**17**
Pokazujem zanimanje za dječje interese i podržavam ih u njihovom razvoju.	/	4	63
Djeca predškolske dobi imaju sposobnost da utješe sama sebe kada su tužna.	**8**	**43**	16

Kako bi se utvrdilo postoje li istaknuti rezultati u stavovima roditelja predškolske djece o sastavnicama koje su potrebne da bi se gradila djetetova otpornost, Tablica 16 prikazuje dobivene rezultate koji su vezani uz komunikacijske kompetencije i njihovu važnost. Prikazano je 12 tvrdnji na koje su roditelji (N=33) svoje procjene navedenih čestica.

Iz dobivenih rezultata može se vidjeti da od 33 roditelja koji su ispunili ankete, njih 21 svakodnevno razgovara sa svojim predškolskim djetetom o

strahovima, stresu i slični nepovoljnim emocionalnim poteškoćama. 19 roditelja izjavilo je da im se dijete svakodnevno povjerava o događajima koji mu se dogode tijekom dana, a 14 povremeno. Povratnu informaciju o zahtjevima i njihovom razumijevanju roditeljima sigurno daje 19 djece, a djelomice to čini 14 djece. Nadalje, jedna od negativnih procjena je ona u kojoj 22 roditelja izjavljuje da njihovo dijete ima odgajatelja koji mu je dovoljno dobar komunikacijski model, ali čak 8 ih smatra da je odgajatelj njegovog djeteta djelomično dobar u tom području, a 3 roditelja smatraju da im dijete ima loš model pri stjecanju komunikacijskih kompetencija. Na postavljenu tvrdnju da je mišljenje djeteta manje važno od mišljenja odrasle osobe, 26 roditelja odgovara kako se ne slaže s tim, dok je 7 roditelja neodlučno. Upadanje djeteta nekome u riječ slučaj je kod 2 roditelja, djelomično kod njih 19, a djeca 12 roditelja mogu čekati na red da bi nešto rekli. S druge strane, rezultati pokazuju da 9 roditelja smatra kako iz sukoba mogu proizaći i pozitivni ishodi, no 5 ih ne misli tako, dok je 19 roditelja podijeljenog mišljenja. Kada dijete učini neku pogrešku, 7 roditelja to kažnjava na neki način, 13 roditelja bi taj način djelomično iskoristilo, dok 12 njih ne bi nikad kaznilo dijete u slučaju da ono u nečemu pogriješi. Vlastite postupke i ponašanja svojoj djeci objašnjava 19 roditelja, djelomično to učini njih 10, dok 4 roditelja nemaju potrebu objašnjavati djetetu razloge svojih postupaka. Kao što se može vidjeti, rezultati pokazuju da roditelji popuštaju djeci prilikom igranja neke društvene igre, točnije njih 5. Ne popušta u igri 14 roditelja, dok preostalih 14 to čini ponekad. Da se češće sukobljavaju ona djeca koja se više zauzimaju za sebe smatra 7 roditelja, djelomično se s tom izjavom slaže njih 17, dok ih 9 tako ne smatra. U tvrdnji da djeca moraju slušati zapovijedi odraslih, rezultati j pokazuju kako se 19 roditelja opredijelilo za djelomično slaganje, 5 se potpuno slaže, a 9 njih ne slaže se s navedenom tvrdnjom.

Tablica 16. Procjene roditelja o razvoju komunikacijskih vještina

VARIJABLA	UOPĆE SE NE SLAŽEM (f)	DJELOMIČNO SE SLAŽEM (f)	U POTPUNOSTI SE SLAŽEM (f)
Sa svojim djetetom razgovaram o stvarima kao što su: strahovi, frustracije, stres, samoća.	**1**	**11**	21
Moje dijete mi se povjerava o svim stvarima koje mu se	/	14	19

događaju (u vrtiću i sl.).			
Dijete mi daje povratnu informaciju o razumljivosti mojih zahtjeva.	/	14	19
Odgajatelji u skupini koju pohađa moje dijete dobar su mu komunikacijski model.	**3**	**8**	22
Mišljenje djece manje je važno od mišljenja odraslih.	26	7	/
Kada netko govori, moje dijete ga može saslušati bez upadanja u riječ.	**2**	**19**	12
Sukobi mogu biti izvor inspiracije, učenja, poboljšanih odnosa i učenja.	**5**	**19**	9
Dijete bi trebalo kazniti kada učini neku pogrešku (razbije čašu, prolije vodu, udari prijatelja i sl.)	12	**13**	**7**
Svojem djetetu objašnjavam svoje postupke i ponašanja.	**4**	10	19
Kod igranja društvenih igara popuštam djetetu.	14	**14**	**5**
Djeca koja se uvijek odlučno zauzimaju za sebe češće se sukobljavaju.	9	17	**7**
Djeca moraju slušati zapovijedi odraslih.	9	**19**	**5**

U Tablici 17 prikazani su rezultati roditeljskih stavova i uvjerenja o razvoju samoodređenja, te činjenice o njihovom poticanju kompetencija rješavanja problema i autonomije kod djece. Rezultati su prikazani kroz 12 tvrdnji.

Sa stavom da djeca mogu prepoznati vlastite emocije, djelomično se slaže 3 roditelja, dok se njih 30 slaže u potpunosti. U gotovo jednako mjeri, točnije, 29 roditelja smatra kako njihovo dijete može napraviti razliku između osjećaja tuge i straha, a 4 njih se slaže djelomično. Nadalje, 30 roditelja misi da djeca mogu razumjeti kako se osjeća prijatelj koji je tužan ili plače i utješiti ga, pa se ne slažu sa negiranom tvrdnjom, a 3 ih se sa njom slaže djelomično. 29 roditelja svakodnevno razgovara sa svojim djetetom kako treba postupiti u slučaju da se nađe u nekoj situaciji koja bi mu predstavljala problem, npr. ako mu priđe nepoznata osoba ili ako se negdje izgubi. Djelomično to čine 4 osobe. S druge strane, 3 roditelja izjavljuje da njihovo dijete ne bi imalo nikakav utjecaj na njihove odluke vezane uz preseljenje,

kupnju nekretnine ili pokretnine, pa čak i na odluke vezane s kime će se dijete igrati, 19 roditelja djelomično smatra da bi pitali dijete za mišljenje, dok bi 11 roditelja sigurno uključili dijete u donošenje odluka. Čitanje slikovnica u kojima se netko od likova nađe pred životnim problemom praksa je 10 roditelja, 22 ih ponekad čita svojoj djeci, dok 1 roditelj svojem djetetu ne čita slikovnice tog sadržaja. Svakodnevne odluke, poput onih što će obući u vrtić ili koju igračku odabrati za igru, u potpunosti donose djeca 19 roditelja, dok 14 roditelja to djelomično dopušta svojem djetetu. Osnovne osobne podatke svoje dijete naučilo je 26 roditelja, dok je 7 izjavilo da njihovo dijete to djelomice zna. Budući da djeci igra s vodom i skakanje u lokve predstavlja iznimno veselje, postavljena je i teza o tome. Stoga se u tablici mogu vidjeti rezultati kako 17 roditelja omogućava svojem djetetu ovaj oblik zabave, 13 djelomično, a 3 roditelja ne dopušta djeci da skaču u lokve s vodom. Materijalne poticaje i nagrade za dobro ponašanje ili uspjeh uvijek dobiva čak 42% (N=14) djece ispitanih roditelja, ponekad neki poklon dobije 45% (N=15), dok se takvim metodama ne služi 13% roditelja (N=4). O vlastitom djetinjstvu sa djetetom često razgovara 15 roditelja, a jednako toliko razgovara ponekad (N=15), dok 3 roditelja ne smatra da bi trebalo razgovarati s djetetom o svojim dječjim danima. Ipak, rezultati pokazuju kako roditelji djeci daju odgovornosti, poput spremanja igračaka poslije igre, pa djeca 25 ispitanih uvijek to čine, dok 8 roditelja djelomično daje takve zadatke.

Tablica 17. Stavovi roditelja o rješavanju problema i autonomiji djeteta

VARIJABLA	UOPĆE SE NE SLAŽEM (f)	DJELOMIČNO SE SLAŽEM (f)	U POTPUNOSTI SE SLAŽEM (f)
Djeca mogu prepoznati i imenovati osjećaje tuge, ljutnje, straha, sreće i iznenađenja.	/	3	30
Moje dijete razlikuje osjećaj tuge od osjećaja straha ili ljutnje.	/	4	29
Djeca ne mogu razumjeti kako se netko drugi osjeća (npr. prijatelj koji plače).	30	3	/
Sa svojim djetetom razgovaram kako postupiti u situacijama koje bi mu predstavljale problem (ako se	/	4	29

npr. izgubi u supermarketu).			
Moje dijete ima/ imalo bi pravo odlučivanja kod situacija kao što su preseljenje, igranje s djecom obiteljskih prijatelja i sl.	**3**	**19**	11
Svojem djetetu čitam slikovnice/pričam priče u kojima se likovi nalaze pred nekim problemom.	1	22	10
Djeca bi smjela donositi odluke u dnevnim rutinama (što će obući u vrtić, kojom igračkom će se igrati i sl.).	/	14	19
Moje dijete zna osnovne podatke o sebi kao što su: njegovo ime i prezime, ime mame i tate, adresu.	/	7	26
Moje dijete smije skakati u lokve s vodom.	**3**	**13**	17
Kada u nečemu uspije, dijete nagradim npr. odlaskom u Mc'Donalds, novom igračkom, sladoledom, slatkišima i sl.	4	**15**	**14**
Sa svojim djetetom razgovaram o svojem djetinjstvu.	**3**	**15**	15
Moje dijete ima obaveze poput spremanja igračaka, brige o ljubimcu i sl.	/	8	25

Kako bi se utvrdilo jesu li djeca već u ovoj dobi bila izložena nekom stresoru te pomažu li svojem djetetu, Tablica 18 prikazuje rezultate dobivene na temelju roditeljskih stavova i procjena (N=33), vezanih uz pretvaranje izazova u prilike te suočavanja sa stresnim događajima poput smrti i gubitka te vršnjačkim odbacivanjem i problemima koje donose vršnjačka prijateljstva.

Tako 4 roditelja navodi da je njihovo dijete imalo susret s nekom težom bolešću, što je velik broj. 3 njih je djelomično bilo u doticaju, dok većina, 26 roditelja, izjavljuje suprotno. Slikovnice u kojima likovi proživljavaju teške životne trenutke, ali na kraju izađu iz tih situacija jači i hrabriji, svojoj djeci uvijek čita 13 roditelja, a ponekad 20. Velik je broj roditelja, njih 7, koji procjenjuju da je njihovo dijete doživjelo stresnu situaciju susreta sa smrću nekog člana obitelji ili nekoga koga poznaje, 4 djece je imalo djelomičan susret, a 22 nije doživjelo takav stres. U

jednakim brojkama, 7 roditelja daje podatke da je njihovo dijete imalo iskustvo preseljenja u novu sredinu, 4 ih je imalo djelomično to iskustvo, dok 22 djece nikad nije nikamo selilo. Da se djecu ne treba opterećivati pitanjima smrti, bolesti, gubitaka i drugih teških tema, smatra 7 roditelja, 16 ih je djelomično tog mišljenja, dok 10 smatra da djecu treba pripremati i na takve životne situacije. Nadalje, rezultati pokazuju kako većina roditelja objašnjava svoje postupke djetetu, pa tako 18 roditelja to čini u potpunosti, dok 15 njih djelomično. Sa tvrdnjom da, ukoliko dođe do sukoba s djetetom, odrasla osoba je uvijek u pravu, ne slaže se većina roditelja, njih 17, a 16 ih se djelomično slaže. S druge strane, visoko negativne procjene mogu se vidjeti iz rezultata koji pokazuju da 8 roditelja izjavljuje da se njihovo predškolsko dijete susrelo s nekim oblikom vršnjačkog zlostavljanja, 12 ih se susrelo djelomice, dok se 13 djece nije susrelo ni sa jednim od oblika takvog nasilja. Ipak, 27 roditelja uvjereno je da bi mu se njegovo dijete povjerilo u slučaju da doživi neki oblik vršnjačkog nasilja, 5 ih nije u potpunosti uvjereno, dok 1 roditelj smatra da mu se njegovo dijete ne bi povjerilo. 25 roditelja mišljenja je da prepirke i svađe među supružnicima ne bi smjele eskalirati pred njihovim djetetom, dok se 8 ljudi sa tim djelomično slaže. Visok broj procjena je i kod tvrdnje 8 djece doživjelo neki oblik odbacivanja, 12 ponekad, a 13 djece nije se povjerilo roditeljima po tom pitanju. Da svaka situacija ne mora nužno biti i odbacivanje, svojem djetetu objašnjava 21 roditelj, no 2 ipak to ne čini, a 10 ih djelomice to objasni svojem djetetu.

Tablica 18. Samoprocjene roditelja o suočavanju djece sa jakim stresnim situacijama

VARIJABLA	UOPĆE SE NE SLAŽEM (f)	DJELOMIČNO SE SLAŽEM (f)	U POTPUNOSTI SE SLAŽEM (f)
Moje dijete susrelo se s težom bolešću.	26	**3**	**4**
Svojem djetetu čitam slikovnice/pričam priče u kojima likovi, unatoč teškim situacijama pokazuju hrabrost i ustrajnost.	/	20	13
Moje dijete imalo je bliski susret sa smrću nekoga koga poznaje.	22	**4**	**7**
Moje dijete imalo je iskustvo promjene mjesta boravka.	22	**4**	**7**

Smatram kako djeci nije potrebno davati objašnjenja i opterećivati ih pitanjima smrti osobe, ljubimca, bolesti i sličnih teških situacija i gubitaka.	10	**16**	**7**
Sa svojim djetetom razgovaram o promjenama koje će uslijediti, i opisujem mu korak po korak što bi se moglo događati.	/	15	18
U sukobu odrasle osobe i djeteta, odrasla osoba je uvijek u pravu.	17	16	/
Moje dijete susrelo se sa slučajem vršnjačkog nasilja u vrtiću ili izvan njega (verbalno ili tjelesno, zadirkivanje, ruganje, otimanje stvari i sl.).	13	**12**	**8**
Moje dijete bi mi se povjerilo da doživi bilo koji oblik vršnjačkog nasilja.	**1**	**5**	27
Sukobe i prepirke sa supružnikom treba izbjegavati pred djecom.	/	8	25
Dijete mi se povjerilo da je imalo iskustvo s odbacivanjem (npr. „Noa se nikad ne igra sa mnom.“).	13	**12**	**8**
Svojem djetetu objašnjavam kako svaka situacija ne mora biti odbacivanje.	**2**	**10**	21

6. RASPRAVA

Rezultati ovog istraživanja pokazuju da manji broj odgajatelja smatra da djeca moraju maksimalno biti zaštićena od stresa i stresnih utjecaja, dok velika većina pokazuje mišljenje da djecu nije moguće u potpunosti zaštititi od takvih utjecaja. Ipak, snage koje postaju zaštitni čimbenici prilikom suočavanja sa izvorima stresa, kao što su prijateljstvo, odgajatelji smatraju iznimno važnim. Svjesni su da prijateljstvo pomaže djeci u izgradnji pozitivnih osjećaja i emocionalne i socijalne sigurnosti. Iako je od iznimne važnosti pohvaliti dijete za dobro i prihvatljivo ponašanje, kako bi dijete dobilo motivaciju za daljnje takvo ponašanje, ipak to od 67 odgajatelja, u potpunosti ne prakticira gotovo 1/3 njih, dok 3 odgajatelja uopće ne pohvaljuje djecu. Iako je istraživanje provedeno na manjem uzorku, rezultati su ipak pokazali da postoji razlika u prakticiranju kažnjavanja djece za neki postupak, pa tako 4 odgajatelja uvijek, a gotovo polovica uzorka ponekad kažnjava djecu za ponašanja koja smatraju lošima. Ipak, upitnikom nije precizirano koja su to „loša“ ponašanja, stoga se ne može znati kakvu percepciju loših ponašanja imaju odgajatelji.

Odgajatelji su osviješteni o važnosti razgovora o osjećajima s djecom, pa smatraju i da djeca imaju sposobnost osjećati empatiju prema nekome tko je tužan, a većina odgajatelja smatra da djeca razumiju i osjećaj pravde, dok samo mali dio smatra da tome nije tako. Po pitanju odgovornosti, odgajatelji su velikim dijelom usuglašeni. Da djeci treba davati odgovornosti, smatra većina odgajatelja, kao i da djeca moraju preuzeti odgovornost za svoje postupke. Ipak, pokazano je i da su odgajatelji podijeljeni u mišljenjima kada se radi o sebičnosti, dakle o tome da bi djeca trebala prvo misliti na sebe, a onda tek na druge. Naravno, iako je prirodno da se misli prvo na sebe, a onda tek na druge, u ovoj tvrdnji mislilo se na situacije u kojima djeca mogu odabrati sebičnost (npr. kada je prijatelj tužan, ne dam mu igračku jer ju želim samo za sebe).

Iako istraživanja pokazuju da je optimizam jedna od vodećih sastavnica otpornosti, koja pospješuje prevladavanje raznih teškoća i olakšava svakodnevno funkcioniranje, u više ili manje stresnim situacijama (Seligman i Csikszentmihalyi, 2000; prema Berc, 2012), rezultatima ovog istraživanja utvrđeno je kako odgajatelji većim dijelom smatraju da se na svaku situaciju ne može gledati s pozitivnog

gledišta, što u određenoj mjeri može odražavati i nedovoljno pozitivne općenite stavove odgajatelja.

Da su nova iskustva neophodna u dječjem životu, smatraju Cefai i sur. (2015b), koji naglašavaju da bi roditelji i odgajatelji trebali bodriti djecu na poduzimanje novih koraka, iako postoji mogućnost pogreške. No, isti autori (2015b) smatraju da je upravo na roditeljima i odgajateljima da uče djecu da su pogreške prilike za učenje. Ipak, jedan dio odgajatelja ovog istraživanja djelomično ili u potpunosti ipak smatra da djeci eksperimentiranje i nova iskustva predstavljaju opasnost. U podjednakoj mjeri se nalaze i oni odgajatelji koji djeci u svojoj skupini čitaju slikovnice sa težim sadržajima, te oni koji to ne čine uvijek. Osjećaje opuštenosti, zaigranosti i humora pred djecom pokazuju gotovo svi odgajatelji, no vrlo je važno pokazati djeci da postoje i negativni osjećaji, da ih djeca znaju imenovati i prepoznati ukoliko osjete neki od tih osjećaja, no svojim primjerom treba im pokazati kako npr. ljutnju iskazati na primjeren i prihvatljiv način. Ipak, čak 5 % odgajatelja smatra da takve ozbiljnije osjećaje, kao što su tuga i ljutnja, ne treba pokazivati pred djecom.

Nadalje, rezultati pokazuju i da gotovo 18 % ispitanika smatra kako dijete iz vlastitih pogrešaka ne može mnogo naučiti, te da mu one mogu štetiti. Međutim, rezultati pokazuju da 61 odgajatelj smatra kako dijete ipak treba ohrabriti za ispravljanje pogreške, dok samo 1 smatra da to ne treba učiniti, isto kao i 63 odgajatelja koji smatraju da djeca ne smiju posustati pred izazovima, već ih prihvatiti i pokušati savladati, gdje također 1 odgajatelj smatra kako pred izazovima treba odustati. Ipak, Cefai i sur. (2015b) navode da odgajatelji trebaju biti primjer djeci da izazove treba prihvatiti s pozitivnim stavom, jer će ih tako i lakše savladati. Naravno, njihova podrška mnogo znači djeci jer ih to može samo ohrabriti da nastave prema naprijed.

Rezultati dobivenih procjena odgajatelja o jačanju osobnih snaga kao preduvjetu otpornosti pokazuju kako odgajatelji generalno djelomično imaju razvijenu svijest o važnosti koju osobne snage kao što su samopouzdanje, pozitivna uvjerenja i osobine imaju u izgradnji otpornosti svakog djeteta. Tome u prilog ide činjenica da i sami imaju stavove kako je samopouzdanje urođeno i teško se stječe kroz život, te da djeca nemaju sposobnost prepoznati koje osobine vršnjaci na njima

vole. Ipak, većina odgajatelja svjesna je da djeca tijekom predškolskog razdoblja mogu precjenjivati svoje samopoštovanje, no u kasnijim razdobljima, razvojem kognitivnih sposobnosti, počinju se uspoređivati s drugom djecom i realističnije gledaju na svoje jake i slabe strane. Stoga većina odgajatelja smatra kako djeca u kasnijim fazama života ne postaju uobražena, ukoliko su stekla dovoljno samopouzdanja tijekom predškolskog razdoblja. O djetetovim pozitivnim osobinama sa samim djetetom razgovara većina odgajatelja, no jedan dio ipak ne prakticira u potpunosti razgovore o pozitivnim osobinama, iako je to važan dio za izgradnju djetetove otpornosti.

Prema rezultatima istraživanja, moguće je konstatirati da 2/3 odgajatelja smatra da djeca pri polasku u prvi razred trebaju imati razvijene određene akademske kompetencije, poput pisanja i čitanja te najosnovnije matematike. Naravno, nije realno očekivati da će sva djeca navedeno usvojiti u potpunosti, no razvijanje predčitačkih vještina te igranje raznih igara i sudjelovanje u aktivnostima u kojima je potrebno brojiti, postaju temelj za daljnji razvoj akademskih vještina u školi. Rezultati pokazuju i da odgajatelji u velikoj mjeri, djelomično ili u potpunosti, zastupaju mišljenje da djeca u školskom razdoblju često ne nastavljaju interese probuđene u predškolskom razdoblju. Stoga i gotovo svi ispitanici ovog istraživanja pokušavaju maksimalno podržavati razvoj i nadogradnju dječjih interesa, kako bi se ti interesi zadržali što dulje i u školskom razdoblju. Jednako tako, budući da polazak u školu djeci može predstavljati svojevrstan stres, kako zbog promjene socijalnog i materijalnog okruženja, tako i zbog novih pravila, mirnog sjedenja, ali i većih očekivanja i ocjenjivanja, najveća većina odgajatelja razgovara s djecom o polasku u školu i svemu što to razdoblje nosi sa sobom, upoznaju ih sa nekim školskim pravilima, te na neki način i psihički pripremaju djecu za školske dane, kako bi što slobodniji i opušteniji mogli krenuti u novu sredinu.

Rezultati istraživanja procjena roditelja predškolske djece pokazuju da gotovo jedna trećina roditelja komunikacijskim kompetencijama, kao jednom od najvažnijih faktora pri izgradnji otpornosti, ne pridaje veliku pozornost. Tako o strahovima, frustracijama, stresu i ostalim osjećajima razgovor sa svojom djecom od 33 roditelja vodi 21, dok ostali vode djelomično ili uopće ne razgovaraju s djetetom o takvim temama. S druge strane, većina djece se povjerava svojim roditeljima o

svakodnevnim događajima iz vrtića i izvan njega, te razumije zahtjeve koji su im postavljeni. Prema rezultatima istraživanja, jedan dio roditelja izjavljuje kako njihovo dijete ima dovoljno strpljenja čekati na red da kaže što želi reći, no jedan dio smatra kako mu je dijete po tom pitanju još nije u potpunosti zrelo. Tako istraživanja koja proučavaju dječje odolijevanje bilo kakvoj vrsti iskušenja od zabranjenog ponašanja (Luria, 1961; prema Vasta, Haith i Miller, 1998; sve prema Gazdek i Horvat, 2001) pokazuju da je ono povezano sa odgovarajućim unutarnjim govorom, ali i iskustvom promatranja modela ponašanja, te razvijanja strategija za odgodu ugode. U skladu sa zrelošću i umijećem čekanja na red, vjerojatno je to i razlog zašto roditelji većinskim dijelom popuštaju svojoj djeci u igranju društvenih igara, što kasnije može biti inicijator popuštanja i u ostalim područjima.

Analiza rezultata pokazala je da bi kaznama za eventualno počinjenu materijalnu štetu pribjegla većina roditelja, dok 12 roditelja ne bi nikad kaznilo dijete ako bi ono razbilo vazu, čašu ili nešto slučajno potrgalo. Pri ovoj tvrdnji nekoliko je roditelja ostavilo komentar da bi svakako kaznilo dijete, ukoliko je ono to učinilo namjerno. Naravno, roditelji bi trebali prvo saslušati dijete i njegove razloge, a onda odlučivati o postupcima koji slijede. Roditelji u većoj mjeri objašnjavaju svojem djetetu iz kojeg je razloga postupilo na određeni način, no 30 % to čini djelomično, dok 12 % roditelja ne smatra da je dužno objašnjavati svojem djetetu svoja ponašanja, a isto tako, većina roditelja smatra kako djeca moraju slušati zapovijedi odraslih, no kontradiktorno tom stavu, roditelji iznose i stav da je mišljenje djece jednako važno kao i mišljenje odraslih. Usporedno s ovim rezultatima, rezultati istraživanja koje su provodile autorice Pećnik, Radočaj i Tokić (2011) o stavovima roditelja o ispravnim postupcima prema djeci pokazuju kako čak 93 % roditelja smatra da dijete, bez obzira na njegovu dob, mora biti poslušno i podređeno odraslima. S druge strane, stručnjaci (Cefai i sur., 2015b) ističu kako je iznimno važno da roditelji daju priliku djetetu da ono iskaže svoje misli, potrebe i osjećaje, te da tijek komunikacije bude dvosmjeran, tj. da pokazuju zanimanje i pridaju važnost onome što dijete govori, jer tako djeca smanjuju svoj strah inferiornosti i bespomoćnosti pred odraslima.

Iako većim dijelom roditelji smatraju kako njihovo dijete u odgojnoj skupini ima dovoljno dobar komunikacijski model od strane odgajatelja, 33 % roditelja djelomično ili u potpunosti nije zadovoljno komunikacijskim modelom koji njihovom djetetu pruža njegov odgajatelj. Iako je zdrava i kvalitetna komunikacija iznimno težak posao, odgajatelji moraju svakodnevno unaprjeđivati svoje

kompetencije učinkovitog slušanja, razumijevanja emocija i vlastitog komuniciranja, a takvi stavovi mogu se vidjeti i iz rezultata roditeljske (ne)zadovoljnosti. Rezultatima je također utvrđeno da mnogo roditelja u potpunosti ili djelomično sukobima pridodaje negativne konotacije i ne smatra da se iz sukoba može puno naučiti ili poboljšati odnos. U skladu s tim, smatraju i da će djeca koja će se jače zauzeti za sebe, češće i sukobljavati.

Osjećaji igraju važnu ulogu u obiteljima mnogih roditelja, pa tako većina njih smatra da njihova djeca znaju samostalno prepoznati vlastite osnovne emocije te ih međusobno razlikovati, ali i da znaju prepoznati emocije druge djece i odraslih, te sukladno s njima i postupiti, kao npr. utješiti nekoga tko je tužan. Iako u Hrvatskoj nema recentnih istraživanja o djetetovom prepoznavanju i razumijevanju emocija kod druge djece, strana istraživanja pokazuju da djeca koja bolje prepoznaju izraze lica druge djece bolje razumiju osjećaje drugih (Ensor i Hughes, 2005; Lennon i Eisenberg, 1987; Trommsdorff i Friedlmeier, 1999; prema Brajša – Žganec i Slunjski, 2007), a te sposobnosti povećavaju se i s porastom dobi.

Budući da je život danas iznimno stresan i nepredvidljiv, većina roditelja sa svojom predškolskom djecom razgovara i objašnjava mu kako treba postupiti ako se nađe u nekoj nepoznatoj situaciji, ako se izgubi ili se dogodi nešto nepredviđeno. Sukladno tome, gotovo svi roditelji izjavljuju da njihovo dijete zna osnovne podatke o sebi, kako bi se što bolje snašlo u eventualno takvim situacijama. Tome pridonose i čitajući djeci slikovnice ili pričajući bajke i priče u kojima se netko od likova nađe pred nekim životnim problemom kojega na kraju i nadiđe, no o svojem djetinjstvu i problemima s kojima su se oni nosili u svoje doba, ne razgovara gotovo polovica roditelja. Razgovor o osjećajima sa djecom pridonosi jačanju sigurne privrženosti, a više je istraživanja koja su pokazala da djeca koja su stekla sigurnu privrženost sa svojim roditeljima, u kasnijim razdobljima imaju bolje razvijene sposobnosti rješavanja problema (Frankel i Bates, 1990; Jacobsen, Edelstein i Hofmann, 1994; Matas, Arend i Sroufe, 1978; prema Vasta, Haith i Miller, 2005), te pokazuju bolje socijalne kompetencije, kao što su suradnja te kvalitetni odnosi s vršnjacima (Jacobson i Wille, 1986; Pastor, 1981; prema Vasta, Haith i Miller, 2005).

Djetetov uspjeh roditelji najčešće nagrađuju nekom materijalnom stvari (igračkom), slatkišima ili odlaskom u McDonald's. Naravno, to ne mora uvijek biti sredstvo nagrađivanja, već se to može postići i pohvalama i ohrabrivanjem za daljnji trud. Što se tiče autonomije djece (jedne od najvažnijih komponenti otpornosti), jednostavnu

aktivnost koja djetetu daje osjećaj neovisnosti, kao što je skakanje u lokvu, sveukupno 14 roditelja djelomično ili uopće ne dopušta svojem djetetu. Nadalje, rezultati su pokazali da 19 roditelja smatra da bi djeca smjela donositi odluke o svakodnevnim rutinama, no drugi dio s tom se konstatacijom slaže djelomično. Ipak, kada se radi o većim pothvatima, kao što su selidba, kupnja automobila i sl., roditelji većim dijelom ne dopuštaju djetetu da svojim mišljenjem utječe na njihove odluke. Naravno, razumljivo je da predškolsko dijete nije zrelo da donese takve odluke, no treba ga saslušati, razumjeti njegove stavove, a ukoliko nije moguće poštovati njegovu želju, dati mu razloge zašto to nije moguće.

Rezultati procjena roditelja o dječjoj izloženosti stresu pokazali su, iako na malom uzorku, da 21 % djece ispitanih roditelja nekim dijelom imalo susret sa nekim oblikom teže bolesti, a 33 % djece doživjelo je stresnu situaciju smrti bliske osobe. Međutim, istraživanje koje je provedeno unutar „International Resilience Project“ (prema Gazdek i Horvat, 2001), obuhvaćalo 25 mladih žena i muškaraca koji su u djetinjstvu iskusili iznimno stresne i teške prilike poput rata, smrti roditelja, iznimno teških socijalnih i ekonomskih uvjeta i sl., no unatoč takvim okolnostima, oni su, zahvaljujući osobnim snagama koje su im pomogle izvući se iz tih teških situacija, izrasli u zdrave i jake osobe.

33 % djece imalo je iskustvo promjene doma, odnosno preseljenja u novu sredinu. O pitanju smrti i bolesti roditelji ne vole razgovarati sa djecom i ne misle da ih je potrebno opterećivati ovakvim temama, tako misli gotovo 70 % roditelja. Ipak, svjesni da će se njihovo dijete jednom suočiti s takvim okolnostima, a kako bi im primjerenim načinom pokazali kako izaći jak iz takvih stanja, velik dio roditelja čita svojoj djeci slikovnice u kojima se likovi nalaze u takvim položajima, ali zahvaljujući hrabrosti i snazi prebrode takve zapreke. Shodno tome, kako bi djeca u što manjoj mjeri doživljavala nepredvidive situacije, roditelji im objašnjavaju i opisuju promjene za koje oni znaju da će uslijediti, te daju pravo djetetu da i ono iskaže vlastite misli i osjećaje, ukoliko dođe do sukoba. Rezultati su pokazali i kako su gotovo svi roditelji mišljenja da dijete ne treba prisustvovati bračnim nesuglasicama i svađama. Ukoliko je ishod takvih nesuglasica negativan, naravno da to djetetu ne može pružiti primjer konstruktivnog rješavanja problema, no pozitivan ishod djetetu može poslužiti kao prilika za učenje, pa i razvoj otpornosti.

Čak 20 od 33 roditelja izjavilo je da se njihovo dijete susrelo s nekim od oblika vršnjačkog zlostavljanja u vrtiću, te je isti postotak onih čija su djeca i sama

doživjela neki oblik napadanja, odbacivanja ili bilo kojeg drugog oblika zlostavljanja među vršnjacima. Velik dio roditelja je uvjereno da bi im se njihovo dijete povjerilo ukoliko doživi neki oblik vršnjačkog nasilja, no postoji i jedan dio koji nisu u potpunosti uvjereni da bi o tome saznali od svojeg djeteta. Usprkos tome, jedan dio roditelja objašnjava svojem djetetu da svaka situacija ne mora nužno značiti i da je dijete bilo odbačeno, no jedan poveliki dio smatra kako su situacije u kojima se npr. neko dijete ne želi igrati s njegovim, znak odbacivanja.

Budući da su upitnici korišteni u ovom istraživanju autorski i prvi put korišteni, ne postoje druga istraživanja sa kojima bi se mogli usporediti dobiveni rezultati, a da su se koristile jednake čestice. Stoga su najveći nedostaci ovog istraživanja mali uzorak odgajatelja te još manji uzorak roditelja, te pojedini dijelovi ankete koji bi se za sljedeća istraživanja trebali dodatno usavršiti.

7. ZAKLJUČAK

Rezultati ovog istraživanja pokazuju kako odgajatelji generalno jesu svjesni pojedinih sastavnica otpornosti, no ne u mjeri koja je potrebna da maksimalno razvijaju i potiču otpornost i njezine osnovne komponente, kao što su uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa te jačanje osobnih snaga, a posebno pozitivno i optimistično razmišljanje. Rezultatima je pokazano kako odgajatelji u velikoj mjeri smatraju da se svaka situacija ne može sagledati s pozitivne strane, a još uvijek postoji velik broj onih koji smatraju da je samopouzdanje urođeno i da ga je teško steći, što je najveća slaba točka odgajatelja. Takvi stavovi u većoj mjeri mogu postati zabrinjavajući, jer ukoliko sami odgajatelji nisu dovoljno pozitivni i nemaju dovoljno samopouzdanja u teškim situacijama, ne može se očekivati isto od djece. Određeni broj ispitanika kažnjava djecu za neko loše ponašanje, a neki smatraju da osjećaje tuge i ljutnje ne treba pokazivati pred djecom. Ipak, svjesni svih dobrobiti, ali i posljedica koje suvremeni život i stres nose sa sobom, odgajatelji upoznaju djecu sa pojmom stresa i svime što on jest. Jednako tako, odgajatelji su svjesni da djeca u školskom razdoblju često ne nastavljaju interese probuđene u predškolskom razdoblju. Stoga i gotovo svi ispitanici pokušavaju maksimalno podržavati razvoj i nadogradnju dječjih interesa, kako bi se ti interesi zadržali što dulje i u školskom razdoblju, a u jednakoj mjeri razgovaraju s djecom o budućem polasku u školu, kako bi djecu što bolje pripremili na nadolazeće promjene, pa se to može smatrati njihovom najpozitivnijom stranom.

Istraživanjem je utvrđeno da roditelji malo pažnje pridaju komunikacijskim kompetencijama. Isto tako, neki ispitanici navode da odgajatelj njihovom djetetu ne predstavlja dovoljno dobar komunikacijski model. Rezultati također pokazuju kako je velik broj djece ispitanih roditelja doživjelo neki od oblika većih stresova (smrt, bolest, vršnjačko zlostavljanje). Iako većinom smatraju da mišljenje djece nije mnogo manje važnije od mišljenja odraslih, ipak velika većina roditelja smatra da dijete mora biti poslušno i podređeno odraslima, što se podudara i sa ostalim istraživanjima baziranim na roditeljskim očekivanjima od djeteta. Djetetu dopuštaju autonomiju u svakodnevnim sitnicama (npr. što obući u vrtić), no kada se radi o većim situacijama, kao što je npr. selidba, dijete ne pitaju za mišljenje.

Naposljetku, važno je istaknuti: Svako dijete dolazi na svijet puno potencijala, sa potrebom i željom da tijekom života dosegne maksimalnu razinu samoostvarenja. To je u srži svakog bića. No, ono od najranije dobi to ne može postići samo, stoga treba okolinu koja će mu u tome pomoći. Ključnu ulogu u tome imaju roditelji i odgajatelji, koji svojim trudom mogu biti primjer djeci kako opstati u današnjoj stresnoj svakodnevici i prebroditi prepreke koje im se nađu na životnom putu, te ostvariti svoj puni potencijal življenja.

Život u 21. stoljeću djeci donosi mnoge prilike, ali i izazove. U svijetu punom nepredvidivih trenutaka i događaja, sposobnost za zdrav rast i razvoj u emocionalnom, socijalnom i akademskom smislu usprkos izazovima i preprekama, naziva se otpornost. Stoga je na nama da potičemo rast i razvoj otpornosti, kako bi se djeca 21. stoljeća lakše nosila sa svim podražajima koje sa sobom nosi ovo vrijeme, a da budućnost bude ispunjena odraslim, zdravim i ispunjenim ljudima.

„Na svijet sutrašnjice mogu utjecati znanost i tehnologija, ali više od svega, on već poprima oblik u tijelima i razumu naše djece.“ Kofi Annan

LITERATURA

1. Barat, T. (2010). *Stres – najveći ubojica današnjeg čovjeka*. Zagreb: Vlastita naklada Tarra Barat.
2. Bašić, J. (2009). Teorije prevencije: prevencija poremećaja u ponašanju i rizičnih ponašanja djece i mladih. Zagreb: Školska knjiga.
3. Berc, G. (2012). Obiteljska otpornost – teorijsko utemeljenje i primjena koncepta u socijalnom radu. *Ljetopis socijalnog rada*. 19 (1), 145 – 167.
4. Berk, L. E. (2015). *Dječja razvojna psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
5. Berk, L. E. (2004). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
6. Brajša – Žganec, A. (2003). *Dijete i obitelj*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
7. Brajša – Žganec, A., Slunjski, E. (2007). Socioemocionalni razvoj u predškolskoj dobi*:* povezanost razumijevanja emocija i prosocijalnoga ponašanja. *Društvena istraživanja*. 3 (89), 477 – 496.
8. Brooks, R. B. (2006). The Power of Parenting. U: S. Goldstein i R.B. Brooks (ur.*), Handbook of resilience in children* (str. 297-314). New York: Springer.
9. Cefai, C., Miljević-Riđički, R., Bouillet, D., Pavin Ivanec, T. Milanović, M., Matsopoulos, A., Gavogiannaki, M., Zanetti, M.A., Cavioni, V., Bartolo, P., Galea, K., Simões, C., Lebre, P., Caetano Santos, A., Kimber, B., Eriksson, Ch. (2015a). *RESCUR: Na valovima – Kurikul otpornosti za predškolsku i ranu školsku dob – Vodič za odgojitelje i učitelje*. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu.
10. Cefai, C., Miljević-Riđički, R., Bouillet, D., Pavin Ivanec, T. Milanović, M., Matsopoulos, A., Gavogiannaki, M., Zanetti, M.A., Cavioni, V., Bartolo, P., Galea, K., Simões, C., Lebre, P., Caetano Santos, A., Kimber, B., Eriksson, Ch. (2015b). *RESCUR: Na valovima – Kurikul otpornosti za predškolsku i ranu školsku dob – Priručnik za roditelje*. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu.
11. Cicchetti D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: a multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9 (3), 145-154.
12. Daniel, B., Wassell, S. (2002). *The early years. Assessing and promoting resilience in vulnerable children 1*. London: Jessica Kingsley Publishers.

13. Del Gaudio Weiss, A., Fantuzzo, J. W. (2001). Multivariate impact of health and caretaking risk factors on the school adjustment of first graders. *Journal of Community Psychology*, 29, 141–160.
14. Doležal, D. (2006). Otpornost i prevencija poremećaja u ponašanju. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja.* 42 (1), 87 – 102.
15. Gazdek, M., Horvat, I. (2001).Otpornost i prevencija poremećaja u ponašanju djece i mladih. *Kriminologija i socijalna integracija*. 9 (1-2), 85 – 94.
16. Horning, L. E., Rouse, K. A. G. (2002). Resilience in preschoolers and toddlers from low-income families. *Early Childhood Education Journal*, 29, 155–159.
17. Hudek – Knežević, J., Kardum, I. (2006). *Stres i tjelesno zdravlje.* Jastrebarsko: Naklada Slap.
18. Ihan, A. (2010). *Snagom uma do otpornosti*. Zagreb: Mozaik knjiga.
19. Klarin, M. (2006). *Razvoj djece u socijalnom kontekstu.* Zadar: Sveučilište u Zadru; Jastrebarsko: Naklada Slap.
20. Lacković – Grgin, K. (2000). Stres u djece i adolescenata. Jastrebarsko: Naklada Slap.
21. Little M. (1999). Prevention and Early Intervention with Children in Need: Definitions, Principles and Examples of Good Practice. *Children & Society*, 13, 304-316.
22. Luthar S.S., Cicchetti D., Becker B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
23. Ljubešić, M. (2003). Od teorijskih istraživanja do primjene: model dijagnostičko – savjetodavnog praćena ranoga dječjeg razvoja i podrške obitelji s malom djecom. U: M. Ljubešić (Ur.). *Biti roditelj, model dijagnostičko – savjetodavnog praćenja ranoga dječjeg razvoja i podrške obitelji s malom djecom.* (str. 17 – 41). Zagreb: Državni zavod za zaštitu obitelji, materinstva i mladeži.
24. Masten A. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56 (3), 227 – 238.

25. Masten, A. S., Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist,* 53, 205–220.
26. Maurović, I. (2015). *Otpornost adolescenata u dječjim domovima*. Doktorski rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Pravni fakultet.
27. Miljević – Riđički, R. (2015). *Životna prilagođenost majki i kognitivna uspješnost njihove djece.* Jastrebarsko: Naklada Slap.
28. Miljković, D., Rijavec, M. (2002). *Bolje biti vjetar nego list*. Zagreb: IEP.
29. Newland, L. A. i Coyl, D. D. (2010). Fathers' role as attachment figures: an interview with Sir Richard Bowlby. *Early Child Development and Care, 180* (1-2), 25-32.
30. Pahić, T. (2013). *Važnost razvoja otpornosti u ranoj dobi djeteta.* Varaždin: Neobjavljeni rad.
31. Pećnik, N., Radočaj, T., Tokić, A. (2011). Uvjerenja javnosti o ispravnim roditeljskim postupcima prema djeci najmlađe dobi. *Društvena istraživanja.* 3 (113), 625 – 645.
32. Plummer, D. M (2010). *Kako pomoći djeci da prevladaju promjene, stres i tjeskobu*. Zagreb: Naklada Kosinj.
33. Rae-Grant N., Thomas H., Offord D.R., Boyle M.H. (1989). Risk, protective factors and the prevalence of behavioral and emotional disorders in children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 28, 262-268.
34. Rak, C. F., & Patterson, L. E. (1996). Promoting resilience in at-risk children. *Journal of Counselling and Development,* 74, 368–373.
35. Sheridan, S. M., Eagle, J. W., Dowd, A. E. (2006). Families as Contexts for Children's Adaptation. U: S. Goldstein i R.B. Brooks (ur.), *Handbook of resilience in children* (str. 165-179). New York: Springer.
36. Starc, B., Čudina-Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M., (2004). *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi***.** Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga.
37. Vasta, R., Haith, M.M., Miller, S.A. (2005). *Dječja psihologija.* Jastrebarsko: Naklada Slap.

Kratka bibliografska bilješka

Ime mi je Kristina Cepanec, a svjetlo svijeta ugledala sam 29. kolovoza 1994. godine u Varaždinu. Živim u selu po imenu Tomaševec Biškupečki, koji se nalazi 10 – ak kilometara od samog Varaždina. Odrasla sam kao treće dijete u obitelji, uz starijeg brata i sestru, te mlađeg brata. Bila sam veoma živahno i veselo dijete, koje je, kao što kažu moji roditelji, od prvih koraka bilo borac za pravdu.

Pohađala sam Osnovnu školu „Vladimira Nazora“ u Svetom Iliji, koju sam završila sa odličnim uspjehom i primila pohvale za odličan uspjeh, uzorno vladanje i sudjelovanje na županijskim i državnim natjecanjima iz nekoliko područja.

Godine 2009. upisala sam srednju školu, Prvu gimnaziju Varaždin, a odabrala sam opći smjer. Kroz 4 godine srednjoškolskog obrazovanja rasla sam u odraslu osobu, a bilo je to razdoblje koje je imalo veliku ulogu u širenju mojih vidika i svjetonazora.

Po završetku srednje škole, koju sam završila sa odličnim uspjehom i nagrađena za promicanje ugleda škole, 2013. godine upisala sam smjer Rani i predškolski odgoj i obrazovanje na Učiteljskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu, Odsjek Čakovec. Poziv za odgajatelja osjetila sam još u vrijeme svojih predškolskih dana, zbog ljubavi prema toj profesiji koju sam osjetila od strane svoje odgajateljice, njezine topline i truda da svako dijete bude sretno u tom vrtiću. Tri godine fakultetskog obrazovanja protekle su veoma brzo, gdje sam, kroz razne oblike teorijske i praktične nastave, naučila mnogo o profesiji kojom se želim baviti. No mogu reći da sam stekla i životna prijateljstva, koja su obogatila moj život i za koje sam sigurna da će trajati i nakon fakultetskih dana.

Svestrana sam i kreativna osoba, pa svoje slobodno vrijeme provodim izradom raznih radova od papira, žice, tkanine, ali i ostalih materijala. Književnost i glazba moje su velike ljubavi, jer čitajući knjigu ili slušajući glazbu i pjevajući, uplovim u svjetove drugačije i nerijetko bolje od stvarnosti. Iako sam odrasla, smatram da nisam osoba zatočena u okovima odraslosti, i da u meni još uvijek postoji ono nešto dječje, što poziva na veselje, igru i slobodu. Iz svega pokušavam izvući nešto dobro, a smatram da će mi to uvelike pomoći u radu s djecom, jer kao što kaže talijanski pjesnik A. Graf: *„Žalostan je čovjek u kojem nije ostalo ništa dječje.“*