

# Povezanost emocionalne regulacije i temperamenta kod djece predškolske dobi

---

**Mudronja, Dorotea**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2020**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zadar / Sveučilište u Zadru**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:162:946718>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-12-26**



**Sveučilište u Zadru**  
Universitas Studiorum  
Jadertina | 1396 | 2002 |

*Repository / Repozitorij:*

[University of Zadar Institutional Repository](#)



Sveučilište u Zadru

Odjel za izobrazbu učitelja i odgojitelja – Odsjek za predškolski odgoj

Sveučilišni diplomski studij za rani i predškolski odgoj i obrazovanje



**Dorotea Mudronja**

**Povezanost emocionalne regulacije i  
temperamenta kod djece predškolske dobi**

**Diplomski rad**

Zadar, 2020.

Sveučilište u Zadru

Odjel za izobrazbu učitelja i odgojitelja - Odsjek za predškolski odgoj

Sveučilišni diplomski studij za rani i predškolski odgoj i obrazovanje

**Povezanost emocionalne regulacije i temperamenta kod  
djece predškolske dobi**

**Diplomski rad**

Studentica: Dorotea Mudronja

Mentorica: izv. prof. dr. sc. Slavica Šimić Šašić

Zadar, 2020.



## Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Dorotea Mudronja**, ovime izjavljujem da je moj **diplomski** rad pod naslovom **Povezanost emocionalne regulacije i temperamenta kod djece predškolske dobi** rezultat mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na izvore i radove navedene u bilješkama i popisu literature. Ni jedan dio mojega rada nije napisan na nedopušten način odnosno nije prepisan iz necitiranih radova i ne krši bilo čija autorska prava.

Izjavljujem da niti jedan dio ovoga rada nije iskorišten u kojem drugom radu pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj, obrazovnoj ili inoj ustanovi.

Sadržaj mojega rada u potpunosti odgovara sadržaju obranjenoga i nakon obrane uređenoga rada.

Zadar, 2020.

## SAŽETAK

Naslov: Povezanost emocionalne regulacije i temperamenta kod djece predškolske dobi

Tijekom svog odrastanja dijete se razvija u sljedećim područjima razvoja - tjelesno, spoznajno, socijalno i emocionalno. Da bi se dijete uspješno emocionalno razvijalo, bitno je razumijeti njegove emocije i potrebe, ali i ostala područja razvoja. Emocije i emocionalna regulacija od izuzetne su važnosti, posebno kada se govori o odgojno-obrazovnom procesu. U ranom djetinjstvu emocije predstavljaju najvažniji način komunikacije s okolinom i sa samim sobom. Samim time, emocionalna regulacija djetetu omogućava da neometano funkcionira u okolini u kojoj se svakodnevno nalazi. Važno je uzeti u obzir osobne karakteristike djeteta koje utječu na sposobnost emocionalne regulacije, a to je prvenstveno temperament. Temperament se odnosi na djetetov ukupni stil reagiranja te ga kao takvog možemo povezati s emocionalnim razvojem i emocionalnom regulacijom.

Cilj diplomskog rada prvenstveno je bio ispitati povezanost emocionalne regulacije i temperamenta te doprinos temperamenta u objašnjenju emocionalne regulacije.

Istraživanje je provedeno na uzorku od 391 djeteta (5 – 7 godina). Rezultati pokazuju da su pozitivne dimenzije temperamenta, ulaganje napora i ugone izraženije od negativnih dimenzija, odnosno negativne afektivnosti. Uočena je i visoka razina emocionalne regulacije, a manje je izražena labilnost/negativnost kod djece predškolske dobi. Nadalje, ne postoje statistički značajne razlike u dimenzijama temperamenta i emocionalne regulacije djece s obzirom na spol. No, ustanovljena je statistički značajna razlika samo za ulaganje napora. Utvrđene su očekivane korelacije značajne povezanosti određenih dimenzija temperamenta s dimenzijama emocionalne regulacije. Utvrđeno je da je temperament dobar prediktor emocionalne regulacije. Dimenzije temperamenta objašnjavaju 46 % varijance labilnosti/negativnosti i 27 % varijance emocionalne regulacije.

Ključne riječi: emocionalni razvoj, emocije, emocionalna regulacija, temperament

## **ABSTRACT**

Title: The connection between emotional regulation and temperament in preschool children

During its growing up, the child develops in the following areas of development - physically, cognitively, socially and emotionally. In order for a child to develop successfully emotionally, it is important to understand the child's emotions and needs, but also other areas of development. Emotions and emotional regulation are considered to be extremely important, especially when it comes to the educational process. In early childhood, emotions are the most important way to communicate with the environment and with oneself. Thus, emotional regulation allows the child to function smoothly in the everyday environment. It is important to consider the personal characteristics of the child that affect the ability of emotional regulation, and this is primarily temperament. Temperament refers to a child's overall reaction style and as such can be associated with emotional development and emotional regulation.

The aim of the thesis was primarily to examine the relationship between emotional regulation and temperament and to examine the contribution of temperament in explaining emotional regulation.

The study was conducted on a sample of 391 children (5 - 7 years). The results show that the positive dimensions of temperament, investment of effort and pleasure are more conspicuous than the negative dimensions, ie negative affectivity. A high level of emotional regulation was also observed, and less conspicuous lability / negativity in preschool children. Furthermore, there are no statistically significant differences in the dimensions of temperament and emotional regulation of children with respect to gender. But a statistically significant difference was found for effort alone. The expected correlations of certain connections of certain temperament dimensions with the dimensions of emotional regulation were determined. Temperament has been found to be a good predictor of emotional regulation. Temperament dimensions explain 46% of the lability / negativity variance and 27% of the emotional regulation variance.

Keywords: emotional development, emotions, emotional regulation, temperament

## **ZAHVALA**

*Zahvaljujem izv. prof. dr. sc. Slavici Šimić Šašić na mentorstvu te na svakom korisnom odgovoru i dostupnosti.*

*Zahvaljujem dječjim vrtićima, odgojiteljicama, roditeljima i djeci koja su sudjelovala u ovom istraživanju.*

*Zahvaljujem svom mužu Goranu, roditeljima, bratu Danielu i svim prijateljima koji su mi tijekom mog obrazovanja uvijek bili velika potpora.*

*Hvala vam!*

# **SADRŽAJ**

<b>1. UVOD</b>	<b>1</b>
<b>2. EMOCIONALNI RAZVOJ DJECE PREDŠKOLSKE DOBI</b>	<b>2</b>
2.1. EMOCIJE	5
<b>3. SAMOREGULACIJA</b>	<b>6</b>
<b>4. EMOCIONALNA REGULACIJA</b>	<b>8</b>
<b>5. TEMPERAMENT</b>	<b>11</b>
5.1. KARAKTERISTIKE DJEČJEG TEMPERAMENTA	13
<b>6. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA</b>	<b>17</b>
<b>7. METODA ISTRAŽIVANJA</b>	<b>18</b>
7.1. SUDIONICI	18
7.2. MJERNI INSTRUMENTI	18
7.3. POSTUPAK	19
<b>8. REZULTATI ISTRAŽIVANJA</b>	<b>20</b>
<b>9. RASPRAVA</b>	<b>26</b>
<b>10. ZAKLJUČAK</b>	<b>30</b>
<b>11. LITERATURA</b>	<b>31</b>
<b>12. ŽIVOTOPIS</b>	<b>34</b>
<b>13. POPIS TABLICA</b>	<b>36</b>



## 1. UVOD

Pojam emocionalne regulacije različito se upotrebljava te postoje razne definicije koje ga opisuju. Općenita definicija emocionalne regulacije podrazumijeva ju kao sposobnost djeteta da na adekvatan, fleksibilan i društveno prihvatljiv način odgovori na stresne zahtjeve i situacije iz okoline. No, da bi dijete razvilo sposobnost emocionalne regulacije, potrebno je stvaranje kvalitetne i zdrave okoline u kojoj će emocionalno rasti. Dijete će u takvoj okolini na prihvatljiv način naučiti iskazivati svoja emocionalna stanja, prepoznavati i razumijevati emocije iz okoline.

Postoje brojne definicije i klasifikacije temperamenta koje se razlikuju od istraživača do istraživača. Kako se dijete emocionalno razvija, tako se razvija i njegov temperament, što znači da odrastanjem karakteristike dječjeg temperamenta postaju brojnije te se približavaju konkretnom opisu njegove ličnosti. Ono što brojni autori navode jest povezanost temperamenta s emocijama kojima pridaju manje ili više važnosti u svojim tumačenjima. Stoga su brojni autori istraživali povezanost emocija i temperamenta, a naročito emocionalne regulacije i temperamenta.

U *teorijskom dijelu* rada daje se definicija dječjeg emocionalnog razvoja, a zatim su pobliže objašnjeni pojmovi samoregulacije djece, emocija i emocionalne regulacije. Nadalje, objašnjen je pojam „temperament“ te su kroz različite klasifikacije i studije navedene karakteristike dječjeg temperamenta. S obzirom na to da je crta temperamenta uvijek u podlozi upravljanja djetetovim reakcijama, odnosno emocionalnog reguliranja, u *empirijskom dijelu* ispitane su izražene dimenzije temperamenta i emocionalne regulacije, kao i postojanje razlika s obzirom na spol u temperamentu i emocionalnoj regulaciji djece predškolske dobi. Također, prikazani su rezultati povezanosti emocionalne regulacije i temperamenta, kao i doprinosa temperamenta emocionalnoj regulaciji.

## 2. EMOCIONALNI RAZVOJ DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

Dijete se tijekom svog odrastanja razvija na svim područjima razvoja, odnosno tjelesno, spoznajno i motorički. Osim toga, postupno razvija i odnose prema drugima te prema sebi (Starc, Čudina–Obradović, Pleša, Profaca i Letica, 2004). Uspješan dječji emocionalni razvoj podrazumijeva učenje reguliranja emocija i emocionalnih reakcija te povezanih ponašanja na društveno prihvatljive načine (Eisenberg i sur., 2002; Cole, Martin i Dennis, 2004, prema Macuka, Smojver–Ažić i Burić, 2011). Kako bi u potpunosti razumjeli emocionalni razvoj, treba uzeti u obzir druge razvojne domene djeteta, npr. socijalni i kognitivni razvoj. Za dijete je važno da reagira prikladnim emocijama te da ima razvijene sposobnosti reguliranja emocija kako bi se uskladilo s okolinom i postiglo svoje ciljeve (Macuka i sur., 2011). Kada govorimo o emocionalnom razvoju djece, Ljubešić (2005) naglašava da emocije i njihove razvojne promjene ne možemo istraživati i promatrati izvan odnosa roditelj – dijete. Bitno je stvoriti zdrave uvjete u kojima će se taj odnos razvijati što skladnije (Ljubešić, 2005). Starc i sur. (2004) navode da unutar emocionalnog i socijalnog razvoja moramo obratiti pozornost na određene osobine razvoja i procesa, a to su „temperament, emocionalni razvoj u izražavanju vlastitih i razumijevanju tuđih emocija, razvoj privrženosti, socio–spoznajni razvoj u razumijevanju pojma o sebi i razumijevanju odnosa s drugima, razvoj samoregulacije (vladanja sobom) te razvoj društvenosti“ (Starc i sur., 2004: 32).

Općenito govoreći, emocionalni razvoj možemo podijeliti u tri skupine u koje ubrajamo usvajanje, diferenciranje i transformaciju emocija. One su u dječjem emocionalnom razvoju specifične, pa se u istraživanjima odvajaju. U prvu fazu, koja se događa u ranijem djetinjstvu, ubrajaju se značajke temperamenta, usvajanje nekih emocionalnih karakteristika i refleksne reakcije. Dijete od rođenja uči prepoznavati i kontrolirati emocije. No, prepoznavanje i kontroliranje emocija ovisi o genetskim predispozicijama i obilježjima temperamenta. Sve to uči i usvaja u interakciji s okolinom. Ljubešić (2005) navodi da na samom početku djetetova života afekt pokazuje ono što dijete osjeća, odnosno njegovu emociju.

Osnovne su emocije koje prepoznavamo u ranom djetinjstvu pozitivne i negativne. Pod pozitivnim podrazumijevamo sreću i iznenađenje, dok među negativne emocije ubrajamo ljutnju, strah i tugu. Primarne emocije javljaju se u ranom djetinjstvu, direktno u komunikaciji s okolinom te ih prati univerzalan izraz lica. Navodi se šest osnovnih emocija koje se pojavljuju u ranom djetinjstvu, a to su radost, interes/iznenađenje, ljutnja, strah, tuga i gađenje. Poneki teoretičari spore se oko određenih emocija koje se javljaju u ranom djetinjstvu (Brajša–Žganec, 2003). Starc i sur.

(2004) navode da se do kraja 6. mjeseca djetetova života emocije diferenciraju u nekoliko temeljnih emocija, a to su: strah, srdžba, veselje, tuga, gađenje i iznenađenje.

Druga faza emocionalnog razvoja jest faza diferenciranja emocija. Ona podrazumijeva integriranje i razdvajanje osjećaja i izraza prema određenom ponašanju ili od određenog ponašanja. Dijete modificira signale iz svoje zajednice, a na proces utječu obrasci ponašanja i učenja u obiteljskom okruženju. Emocionalne reakcije dijete povezuje s novonastalim situacijama. U diferenciranje emocija ubrajaju se povezane strategije s određenim očekivanjima okoline. Nadalje, omogućava pretjerano izražavanje emocija, ali i minimaliziranje izražavanja emocija, a ponekad i prikrivanje određenih emocija. Dijete u ranom djetinjstvu modificira i diferencira izražavanje emocija. Oponašajući roditelje i u interakciji s njima, dijete stvara obrasce ponašanja karakteristične za svoju obitelj. Nakon pojave primarnih emocija, u drugoj polovici druge godine života dijete postaje svjesno emocionalnog ponašanja te uči složenije emocionalne procese (Brajša–Žganec, 2003).

Kao temeljna karakteristika emocionalnog razvoja navodi se identificiranje emocija s pomoću socijalnih kognicija. Dijete u predškolskoj dobi povećava prilagodbu na identificiranje izričaja i događaja iz svoje okoline. „Intezitet emocionalnog reagiranja djeteta u funkciji je njegove razine reaktivnosti, poglavito intenziteta emocionalnog reagiranja kao aspekta temperamenta te djetetove sposobnosti regulacije svojih emocionalnih reakcija i emocijama potaknutog ponašanja“ (Eisenberg i sur., 1997a, prema Brajša–Žganec, 2003: 18). Dijete koje na području emocionalnog razvoja pokazuje dobro stanje ima sposobnost kontroliranja emocija i emocionalnih reakcija u određenim situacijama. Emocionalno kompetentna djeca ona su koja uspješno ovladavaju svojim doživljajima i emocijama (Brajša–Žganec, 2003).

Treća faza emocionalnog razvoja jest transformacija ili reorganiziranje emocija. Navedena faza obuhvaća dva procesa. U prvi proces ubrajaju se način na koji određeno emocionalno stanje transformira procese razmišljanja i pripreme za reakciju u emocionalnom stanju. Drugi proces odnosi se na to kako se emocionalni proces mijenja s pomoću iskustva i znanja time da se kontekst i značenje emocija javljaju kao konstrukt svakog pojedinog čovjeka. Emocija pri tome može biti jednostavna, no može se i transformirati u sustav ponašanja i mišljenja. Ova je faza emocionalnog razvoja najsloženija i najmanje istražena od svih (Brajša–Žganec, 2003).

Dječji emocionalni razvoj pod različitim je utjecajima okoline. Rothbart navodi da se s razvojem pojavljuju novi i složeniji oblici reaktivnosti. Okolina i društvo oblikuju djetetova uvjerenja, ponašanja i stavove tijekom procesa socijalizacije. Već u ranom djetinjstvu dijete se uči

emocionalno izražavati, prepoznavati i razumijevati emocije. Pružanjem adekvatnog ranog iskustva djetetu, potičemo zdravi socioemocionalni razvoj, te se dijete na taj način osposobljava za kvalitetan razvoj svojih potencijala. Djeca čije individualne potrebe nisu zadovoljene često znaju doživjeti negativne emocije. Da bismo mogli na pravilan način poticati emocionalni razvoj djeteta, bitno je da razumijemo njegove potrebe i njegovu aktivnu ulogu u vlastitom razvoju (Ljubešić, 2005). Načini na koje djeca vode interakciju s odraslima u emocionalno socijalnim interakcijama od velike su važnosti za dječji emocionalni razvoj i socijalizaciju emocija. Ako djeca ne nauče dovoljno dobro identificirati i shvaćati emocije iz društva, tada se otežava učenje vještina na socijalnom planu, odnosno socijalnih regulativa, tradicije i običaja te norme za funkcioniranje u zajednici (Brajša-Žganec, 2003).

Nesposobnost regulacije emocija utječe na interakcije s okolinom i usvajanje socijalnih vještina, pa je u procesu socijalizacije od velike važnosti dječja regulacija emocija. Karakteristično za zakočenu djecu jest značajno izraženo reguliranje emocija, što smanjuje interakciju s okolinom i usvajanje socijalnih vještina. Takva se djeca opiru stupanju u interakcije, te samim time ne mogu usvojiti socijalne vještine (Katz i McClellan, 1997; Kochanska i sur., 1997; Rothbart i sur., 1994.; Schaffer, 2000, prema Brajša-Žganec, 2003). Izražavanjem svojih emocija, dijete signalizira svoje potrebe iz okoline i stupa s njom u složenije odnose. Također, djeca ne uče samo izražavanje emocija već pokušavaju postupno razumjeti i emocije ljudi u svom okruženju (Starc i sur., 2004).

Kao snažan prediktor mentalnog zdravlja navodi se sposobnost kreiranja veza s okolinom. Djeca od vršnjaka traže potporu kako bi se u nekim situacijama mogli boriti sa stresom i promjenama koje za njih predstavljaju izazov. „Uz obitelj, jedan od najvažnijih utjecaja na djetetov socioemocionalni razvoj u predškolskoj dobi imaju vršnjaci“ (Brajša-Žganec, 2003: 23).

Dječja igra u vrtiću pridonosi manjoj agresivnosti kod djece, učenju socijalnih vještina i jačanju socijalne kompetencije. Pokazalo se da djeca uključena u jaslice u predškolskoj i školskoj dobi pokazuju manju agresivnost i stidljivost (Howes i Philipsen, 1998, prema Brajša-Žganec, 2003). No, bitno je naglasiti da vršnjaci ipak nemaju toliko jak utjecaj kao što ga imaju primarni skrbnici, odnosno djetetovi roditelji. S njima djeca razvijaju posebne odnose na emocionalnom području koji najviše pridonose dječjoj emocionalnoj socijalizaciji (Booth i sur., 1998; van Ijzendoorn, 1997, prema Brajša-Žganec, 2003).

## 2.1. EMOCIJE

Fulgosi (1994) pod pojmom emocija, čuvstva ili osjećaja navodi individualne razlike prema kojima se može utvrditi postojanje razlika u ličnosti pojedinaca koje su izražene na području subjektivnih iskustava. Emocije su u životu pojedinca od vrlo velike važnosti i jedna od najvažnijih sastavnica u cjelokupnom funkcioniranju pojedinca. Goleman (1997) navodi da nas sve emocije navode na djelovanje. Promatra ih kao impulse koji nam služe kako bismo se suočili sa životnim situacijama. Sastoje se od povezanih reakcija na određene situacije, izazove ili događaje (Brajša–Žganec, 2003). Emocije mogu biti i pozitivne i negativne te svaka od njih igra svoju jedinstvenu ulogu. Pozitivne su onda kada je neki cilj pojedinca ostvaren, a negativne su onda kada je taj cilj, odnosno put do cilja zapriječen. Prema autorima Oatley i Jenkins (2003), emocije se doživljavaju kao vrsta duševnog stanja popraćenog nekim tjelesnim promjenama, izrazima i postupcima. Nadalje, Brajša–Žganec (2003) opisuje emocije kao intenzivne, kratkotrajne, a ujedno i praćene diferenciranim promjenama.

Pojam emocije često se povezuje s pojmom inteligencije kako bi se pravilno definirala emocionalna inteligencija (Salovey i Sluyter, 1999). U njezinu definiranju navodi se i mogućnost reguliranja impulzivnosti te reguliranja vlastitih trenutnih raspoloženja. Također, i afektivna strana mentalnih karakteristika obuhvaća emocije, emocionalna raspoloženja, prosudbe, osjećajna stanja (energija i umor). Smatra se da emocionalna inteligencija ima jednak utjecaj na pojedinca i na njegovo funkcioniranje kao što ga ima kvocijent inteligencije. Neki čak smatraju da je taj utjecaj ponekad i izraženiji, odnosno da je emocionalna inteligencija utjecajnije. Ključne emocionalne sposobnosti moguće je naučiti, odnosno poboljšati, ako se oko toga potrudimo (Goleman, 1997).

Prema Salovey i Sluyter (1999), emocionalna inteligencija trebala bi biti fokusirana na emocionalne ili mentalne sposobnosti. U nekim određenjima emocionalne inteligencije takvo pravilo ne postoji. Određenje emocionalne inteligencije koje je temeljeno na motivacijskoj sferi umjesto na emocijama obuhvaća samokontrolu, savjesnost, upornost i sposobnost samomotivacije. Stoga, Salovey i Sluyter (1999) naglašavaju određenje emocionalne inteligencije, odnosno da je „emocionalna inteligencija sposobnost uočavanja emocija, pristup i priziv emocija kao pomoć mišljenju, sposobnost razumijevanja emocija i emocionalnih spoznaja, te mišljenska regulacija emocija u svrhu promicanja emocionalnog i intelektualnog razvitka“ (Salovey i Sluyter, 1999: 22). Ova definicija povezuje emocije i inteligenciju (Salovey i Sluyter, 1999).

„U našem društvu, emocije se često smatraju silama nerada koje ometaju našu sposobnost logičkog ramišljanja“ (Salovey i Sluyter, 1999: 229). Nadalje, Salovey i Sluyter (1999) navode

funkcionalistički pristup tumačenju emocija koji podrazumijeva definiranje emocija kao „reakcije prema kojima se upravlja nečije ponašanje a služe kao informacije koje pomažu pojedincu postići cilj“ (Salovey i Sluyter, 1999: 229). Prema funkcionalističkom pristupu emocijama, regulacija se pripisuje emocijama kao zadnja, odnosno četvrta sastavnica. Pri definiranju pojma regulacije emocija, Salovey i Sluyter (1999) ističu da je to proces upravljanja reakcijama obuhvaćajući sve tri sastavnice emocija: spoznajno–iskustvenu, ponašajno–izražajnu i fiziološko–biokemijsku (Salovey i Sluyter, 1999).

Emocije se smatraju od izuzetne važnosti, posebno kada se govori o odgojno–obrazovnom procesu. Prema Salovey i Sluyter (1999), one potiču koncentraciju, učenje i pamćenje. U ranom djetinjstvu emocije predstavljaju najvažniji način komunikacije s okolinom i sa samim sobom. Na podražaje iz okoline djeca reagiraju emocionalno (Brajša–Žganec, 2003). Razvoj emocija odvija se brzo u ranom djetinjstvu, ali kognitivni procesi ne prate isti tempo razvoja, što dovodi do toga da beba, kad doživi tjeskobu ili strah, regulira svoje emocije skretanjem pogleda. Tijekom predškolskog razdoblja kao jedna od bitnih zadaća navodi se „integracija prethodno razvijenih modela mišljenja i osjećaja s novostečenom sposobnošću uporabe jezično utemeljenih šifri“ (Salovey i Sluyter 1999: 144). Također, u predškolskoj dobi djeca raspoznaju različitost emocija, želja i potreba ljudi, pri čemu odrasli imaju vrlo važnu ulogu jer im pokušavaju djelotvornim strategijama pokazati kako se nositi s određenim izazovima i stresnim situacijama (Salovey i Sluyter, 1999). Karakteristike dječjih emocija u predškolskoj dobi razlikuju se od emocija osoba u zrelijoj dobi. One su prirodne, jednostavne, česte i kratkog intenziteta. Vrlo su jakog intenziteta i nestabilne. Također, Starc i sur. (2004) navode da predškolsko dijete pokazuje emocije otvoreno i da se ne zna suzdržati.

„Emocije kao posljedice socijalnih iskustava iz okoline motiviraju kognitivne procese i ponašanje te reguliraju fiziološke, kognitivne i bihevioralne aspekte ponašanja pojedinca u okolini“ (Vanden–Zanden, 1993; Goodyer, 1990; prema Brajša–Žganec, 2003: 16).

### **3. SAMOREGULACIJA**

Općenito određenje samoregulacije Salovey i Sluyter (1999) povezuje sa „sposobnošću upravljanja vlastitim postupcima, mislima i osjećajima na prilagodbene i fleksibilne načine u raznim kontekstima, društvenim ili fizičkim“ (Salovey i Sluyter, 1999: 64). Starc i sur. (2004) navode definiciju samoregulacije prema kojoj je samoregulacija najviši oblik uspostavljanja kontrole nad samim sobom. Pravilno razvijena samoregulacija pridonosi tomu da se dijete osjeća bolje, ima više samopouzdanja, a samim time i više povezanosti s drugim ljudima. Drugim

riječima, dijete je sposobno prilagoditi se svojoj okolini. Samoregulacija će se razvijati pravilno ako se dijete stalno susreće s izazovima za koje ima razvijene djelotvorne strategije (Salovey i Sluyter, 1999).

Dijete se u ranom djetinjstvu samoregulira roditeljskim uputama, na način da mu oni pokazuju obrasce ponašanja i od njega zahtijevaju određene prilagodbe. Tako dijete postupno počinje shvaćati zahtjeve okoline za određena ponašanja. Nadalje, dijete stječe znanja kako na najbolji način udovoljiti njihovim zahtjevima i počinje uvježbavati ponašanja učinkovita za prilagođavanje. Ono ponašanje koje je temeljeno prema prethodno spomenutim saznanjima i sposobnostima jest samoregulirano ponašanje, a najbitnija osobina takvog ponašanja jest razvoj samokontrole, odnosno vladanja sobom (Starc i sur., 2004).

Samokontrola se može primijetiti u trećoj godini djetetova života, onda kada ono odbija poslušati naredbu svojih roditelja i želi napraviti nešto prema svojem naumu. Tada preuzima naredbe roditelja kao vlastite riječi, odnosno govori sam sebi kad mu roditelj daje zabranu. Poslije dolazi do internalizacije vanjske kontrole, dijete više naglas ponavlja naredbe, pa te naredbe postaju njegove vlastite misli, čime započinje pravi proces razvoja samokontrole koji se pojavljuje poslije treće godine djetetova života (Starc i sur., 2004).

Samokontrola djetetu omogućuje da ima strpljenja, da usvoji naizmjeničnost (malo ja, malo ti), da savlada strah i da prepusti prednost drugima. Da bi dijete sve ovo navedeno moglo, najprije treba znati odgoditi svoje zadovoljenje. Postupan razvoj samokontrole započinje razvojem unutarnjeg govora, kada kontrolu preuzimaju djetetovi unutarnji procesi. Drugi oblik razvoja samokontrole jest odupiranje iskušenju, nakon čega slijedi zadnji oblik razvoja, odnosno odgoda zadovoljenja. Verbalna uputa u svim trima oblicima razvoja znatno pomaže djeci u stjecanju samokontrole. Što su starija, veći naglasak stavljaju na sadržaj same upute. U šestoj godini djetetova života samokontrola postaje fleksibilna sposobnost verbalne regulacije (Starc i sur., 2004).

Sazrijevanjem djece usporedno se povećava njihov stupanj samoregulacije. No, da bi se dijete moglo optimalno regulirati, treba tijekom svog sazrijevanja biti izloženo različitim iskustvima i izazovima koje donosi život. Sredinom djetinjstva započinje usporedba djeteta s drugim vršnjacima. Upravo to predstavlja velik izazov djeci i može u njima pobuditi osjećaj neuspjeha, stida i tjeskobe (Salovey i Sluyter, 1999).

## 4. EMOCIONALNA REGULACIJA

Emocionalna regulacija može se definirati kao skup vanjskih i unutarnjih procesa odgovornih za praćenje, procjenu i izmjenu emocionalnih reakcija, posebno njihovih intenzivnih karakteristika (Thompson, 1991). Berk (2015) emocionalnu regulaciju tumači kao razvijene strategije koje upotrebljavamo kako bismo svoja emocionalna stanja doveli na razinu ugone i istovremeno omogućili ostvarenje ciljeva. Prema Gračaninu (2005), regulacija emocija definira se i kao način na koji čovjek utječe na to koje će emocije kod njega biti prisutne. Također, pojedinac utječe i na to kako će određene emocije doživjeti i iskazati (Gross, 1999). Pojam emocionalne regulacije različito se upotrebljava, no općenita definicija pojma glasi da emocionalna regulacija „obuhvaća sposobnost odgovaranja na stresne zahtjeve i emocionalna iskustva na društveno prihvatljiv, adaptivan i fleksibilan način“ (Cole i sur., 2004; Morris i sur., 2007, prema Macuka, 2012: 61). Macuka (2012) smatra da se pod emocionalnom regulacijom podrazumijeva i sposobnost djetetova odgađanja želje te upravljanje negativnim emocijama. Emocionalna regulacija djetetu omogućava izražavanje emocija i njihovo usklađivanje sa zahtjevima okoline. Također, bitno je pokušati obuzdati emocije i pravilno ih usmjeriti (Macuka, 2012).

Regulacija emocija razvija se u ranom djetinjstvu komunikacijom s primarnim skrbnicima i iz urođenog dječjeg temperamenta. Kod djece postoje individualne razlike koje se najbolje vide u načinu reguliranja emocija. Već nakon rođenja djeteta postiže stabilnost u funkcioniranju. Kad se ta stabilnost naruši, tada djeteta upućuje signale i traži odgovor okoline. Tada roditelji djetetu daju utjehu i na taj način reguliraju njegove emocije. Od velike je važnosti formiranje povjerljiva odnosa između male djece i roditelja kako bi djeca shvatila da se prilikom suočavanja sa stresnim i frustrirajućim situacijama mogu osloniti na roditelje. Vrlo su važne prve socijalne interakcije majke i djeteta. Na taj način u prvim godinama života djeteta regulira svoje emocije (Fox, 1998). Proces regulacije emocija razvija se u djetinjstvu tijekom interakcije s okolinom, procesom procjenjivanja događaja, izbora te kontrole emocionalnog izražavanja i ponašanja. Dakle, izražavanje emocija pod stalnim je utjecajem djetetove dobi i stupnja njegova razvoja (Oatley i Jenkins, 2003). Djeca se tijekom prvih godina života uče pravilima društvenog ponašanja. Među ova je pravila uključena potreba za regulacijom emocija poput ljutnje u nekim frustrirajućim ili nepoznatim situacijama. Jedan od izazova uspješnog roditeljstva jest pružiti djeci strategije korištenja vlastitim kognitivnim sposobnostima za uspješnu regulaciju emocija (Fox, 1998).

Jedan od važnih činitelja koji utječe na način reguliranja emocija kod djece jest i sposobnost upotrebe govora. Zahvaljujući tomu, djeca mogu reći što ih muči, a ne prikazivati emocije gestama



i izrazima lica (Kopp, 1992, prema Oatley i Jenkins, 2003). U predškolskoj dobi jezik u velikoj mjeri doprinosi boljoj emocionalnoj samoregulaciji djece. Do treće ili četvrte godine života djeca verbaliziraju različite strategije za prilagodbu emocionalnog uzbuđenja. Dijete zna da može otupiti emocije ograničavanjem osjetnog ulaza, na primjer, pokrivanjem očiju ili ušiju kako bi blokiralo zastrašujuću situaciju ili zvuk. Što veća upotreba ovakvih strategija znači manje emocionalnih ispada u predškolskoj dobi (Berk, 2008).

Dijete modificira svoje emocije, uči kako se nositi s frustracijom, prevladava različite emocije i tako postiže kvalitetno interpersonalno funkcioniranje (Brajša–Žganec, 2003). Regulacija emocija doprinosi stvaranju i održavanju prilagodljivih socijalnih odnosa i smatra se ključnim normativnim razvojnim procesom (Cole i sur., 2004). Adekvatno razvijene strategije reguliranja emocija vrlo su važan dio djetetova razvoja. Dijete tijekom svog razvoja uči kako upravljati emocijama na prikladne načine. Istraživanja u području emocionalne regulacije više se bave time kako pojedinci reguliraju negativne (ljutnja, tuga i strah) nego pozitivne emocije.

Prema autorici Brajša–Žganec (2003), regulacija emocija „uključuje prikrivene, kao i jasno izražene, strategije promjena u intenzitetu i trajanju emocionalnog iskustva i izražavanja emocija“ (Brajša–Žganec, 2003: 20). Također, pod pojmom emocionalne regulacije navode se i intrinzični i ekstrinzični procesi odgovorni posebno za intenzitet emocionalnih reakcija. Kontrola djetetova ponašanja jednim dijelom doprinosi njegova sposobnost upotrebe govora, samostalno kretanje i promjene u razvoju. Brenner i Salovey (1997) te Rothbart (1989b) (prema Brajša–Žganec, 2003) navode da se dječje reakcije i upravljanje njima zasnivaju na dosadašnjim znanjima i iskustvu, prijašnjim ponašanjima te biološkim činiteljima.

Aspekti regulacije emocija promatrani su s različitih stajališta. Istraživane dimenzije temperamenta pod pojmom regulacije emocija uključuju procese povezane s fokusom pažnje, promjenom fokusa pažnje i kontrolom (Kochanska i sur., 1996; Kochanska i sur., 1997; Kochanska i sur., 2000; Rothbart, 1989a,b, prema Brajša–Žganec, 2003). Karakteristike dječjeg temperamenta pridonose regulaciji emocija tako što emocionalnost djece ima utjecaja na stil reguliranja emocija i obrnuto. Djeca koja na intenzivan način doživljavaju negativne emocije imaju teškoće u sprečavanju svojih emocija. Takva djeca često reagiraju razdražljivo na uznemirenost druge djece i loše se slažu s vršnjacima (Berk, 2008). Regulacijom emocija smatra se i prevladavanje negativnih emocija u nekim situacijama stresnim za pojedinca (Champion i sur., 1995; Eisenberg i sur., 1997b; Goodyer, 1990; Lazarus, 1991; Lazarus i Folkman, 1987, prema Brajša–Žganec, 2003).

Postoje različiti utjecaji koji u velikoj mjeri doprinose regulaciji emocija. Salovey i Sluyter (1999) navode interpersonalne i individualne utjecaje na regulaciju emocija smatrajući ih nerazdvojivim. Navode se posredni utjecaji okruženja prema kojima djeca posredno uče o emocijama i strategijama njihove regulacije promatrajući odnose i interakcije oko sebe (roditeljsko okruženje). Nadalje, pod neposrednim utjecajima podrazumijevamo učenje strategija regulacije emocija s pomoću roditeljske pouke i poticanja djece na izražavanje emocija na društveno prihvatljive načine. Treći utjecaj koji se navodi jest prigoda za uvježbavanje u životu. Pod tim se navode svakodnevne prigode koje odrasli pružaju djeci, a to su igrice kojima se djeca igraju, programi koje gledaju, trajanje izbjivanja roditelja iz kuće (posao, stalna putovanja). Sve navedeno utječe na regulaciju emocija i razvijanje pravilnih, odnosno nepravilnih oblika emocionalnog reagiranja (Salovey i Sluyter, 1999).

Razvoj prihvatljivih načina reguliranja emocija od izuzetne je važnosti za djetetovo svakodnevno funkcioniranje u društvu i okolini. Sposobnost regulacije emocija poboljšava se kako dijete postaje starije. No, djetetova okolina utječe na to kako će se nositi sa stresom. Dijete promatra odrasle kako upravljaju vlastitim emocijama i na taj način usvaja strategije za njihovu regulaciju (Berk, 2008). Tako djeca različite dobi na različite načine upravljaju svojim emocijama koristeći se strategijama koje su do te dobi uspjeli steći (Salovey i Sluyter, 1999). Djetetova starosna dob i razvojne promjene odražavaju različite načine emocionalnog reagiranja. Prema starosnoj dobi možemo razlikovati tri trenda vezana za sposobnost regulacije emocija, a to su služenje internim strategijama, služenje samostalnim strategijama i sposobnost prevladavanja stresora primjerenom strategijom. Služenje unutarnjim strategijama postaje sve učestalije u ranom djetinjstvu i potpuno se razvije do desete godine života. Maloj djeci (pet ili šest godina) treba posvetiti priličnu pozornost pri upravljanju negativnim emocijama. Ta će djeca najbolje reagirati na ponašajne zadatke, npr. preusmjerenje na igru ili druge zanimljive aktivnosti. Djeca na taj način prevladaju svoje negativne emocije. Nadalje, starija djeca (devet ili deset godina) koriste se samostalnim strategijama regulacije emocija na način da počnu misliti na nešto drugo i sposobna su primijeniti strategije bez pomoći odraslih osoba. Odrastajući, djeca sve bolje i fleksibilnije upravljaju stresnim situacijama. Počinju birati najprimjerenije situacijske strategije za određene stresore. Ovakvim sposobnostima djeca se počinju služiti potkraj djetinjstva i početkom adolescentne dobi (Salovey i Sluyter, 1999).

Kada se govori o razlikama s obzirom na spol i dječjim strategijama, mnoga istraživanja pokazuju da djevojčice, za razliku od dječaka, reguliraju emocije tako što razmišljaju o njima

tražeći pritom podršku okoline. Dječaci su, s druge strane, skloniji tjelesnim aktivnostima i na takav način upravljaju emocijama (Salovey i Sluyter, 1999).

## 5. TEMPERAMENT

Temperament i iskustvo djeteta zajedno grade ličnost svakog pojedinog djeteta uključujući razvijanje spoznaje o samom sebi, drugome i svijetu koji ga okružuje (Rothbart, 2007). No, neke komponente vidljive su nešto kasnije, a to su uvjerenje, stavovi i vrijednosti pojedinca. Upravo to kod djetetove ličnosti uzrokuje ograničenost proučavanja. Zbog toga je proučavanje ograničeno na proučavanje izražavanja emocija i reakcija na okolne podražaje. Te komponente ličnosti zovu se temperament. On je vidljiv puno ranije nego ostali kognitivni aspekti ličnosti (Rothbart, 2019). Temperament se promatra kao aspekt ličnosti uključujući dječju ekspresiju emocijama i spremnost na odgovore iz okolnih podražaja (Vasta, Haith, Miller, 2005). Djetetove reakcije na okolne podražaje zajedno s mehanizmom koji ih regulira čine njegov temperament (Rothbart, 2007). Temperament se definira i kao jedan dinamički sustav sačinjen od različitih neurobioloških čimbenika te tako pridonosi prilagodbi pojedinca okolini (Marčinko i Ajduković, 2013).

Mnogi istraživači promatraju temperament kao jednu od individualnih crta ili razlika koje svako dijete čine jedinkom za sebe. Već od prvih sati života djeca pokazuju te individualne razlike. Temperament je zapravo djetetov stil ponašanja, ali ne odražava toliko precizno što dijete čini ili način na koji to čini. Karakteristike djetetova temperamenta odražavaju se na orijentaciju prema objektima, ljudima, događajima i drugim oblicima reaktivnosti (Rothbart, 2019). To nadalje objašnjava činjenica da dvoje djece može uživati u ljuljanju u kolijevci, ali jedno od njih može ostati mirno i zaspati, dok će drugo dijete reagirati burno i vrištati od uzbuđenja.

Ne postoji jedinstvena definicija temperamenta, one se razlikuju od istraživača do istraživača. Oatley i Jenkins (2003) navode da postoje brojna tumačenja temperamenta i da se unutar tih tumačenja pridaje više ili manje važnosti emocijama. Vasta i sur. (2005) razmatranjem triju pitanja pokušali su definirati pojam temperamenta. Riječ je o pitanjima je li temperament naslijeđen, je li stabilan i je li odmalena vidljiv.

Temeljno pitanje koje se postavlja jest vezano za nasljedstvo stila reagiranja djece. Određeni autori (Buss i Plomin, 1984, 1986) smatraju da pod temperamentom trebamo podrazumijevati one aspekte djetetovih reakcija čije je porijeklo genetičko. Također, autori (Oliver i sur., 2008, prema Marčinko i Ajduković, 2013) navode da je temeljna premisa koju vezujemo za temperament upravo genetska determinacija. No, postoji neslaganje oko ponašanja koja najbolje

prikazuju djetetov temperament. Pri tome za takva ponašanja nije dokazano da su pod utjecajem genetike. Također, i neka od naslijeđenih crta može biti izložena okolnim utjecajima (Bates, 1987, prema Vasta i sur., 2005). Ponašanja određenog temperamenta mogu pokazati određene učinke genetike i okoline.

Drugo teorijsko pitanje vezano je za (ne)promjenjivost temperamenta tijekom vremena, odnosno za njegovu vremensku stabilnost. Mnogi su istraživači promatrali stabilnost temperamenta kao komponentu reakcija koje se odražavaju na sam temperament. Istraživanja pokazuju da određeni aspekti djetetova stila ponašanja tijekom vremena ostaju poprilično stabilni. No, to su najčešće negativne emocionalne reakcije (strah, razdražljivost), djetetove reakcije na nove ljude ili situacije te opseg pažnje i razina aktivnosti (Campos, Campos i Barrett, 1989, Fox, 1989; McDevitt, 1986; Pedlow i sur., 1993; Ruddy 1993, prema Vasta i sur., 2005). Nadalje, Oatley i Jenkins (2003) navode da je stabilnost temperamenta u vremenu od navršenih šest mjeseci i godine dana prilično visoka. Posebno su te mjere stabilnosti visoke ako dolaze od roditeljskih procjena (Oatley i Jenkins, 2003).

Ne pokazuju sve mjere temperamenta ovakvu vrstu stabilnosti. Kada se ustanovi stabilnost za određeni aspekt djetetova reagiranja tijekom određenog vremena, tada takvu stabilnost jednostavno možemo objasniti crtom djetetova temperamenta. S druge strane, teoretičari priklonjeni tumačenju okolnog utjecaja tvrde da stabilnost može proizaći iz toga što dijete odrasta u nepromjenjivoj okolini (Bates, 1987; Wachs, 1988, prema Vasta i sur., 2005). Aspekti temperamenta koji nisu stabilni tijekom godina mogu biti dokaz o okolnim utjecajima. Stabilnost i nestabilnost određenih ponašanja ovise i o djetetovoj okolini. Genetički model naglašava da unatoč tomu što su neka ponašanja temperamenta genetski određena, ne moraju biti stabilna tijekom vremena jer poneki geni mogu uključivati i isključivati svoje utjecaje tijekom djetetova odrastanja (McCall, 1986; Plomin i sur., 1993, prema Vasta i sur., 2005).

Treće pitanje u određenju temperamenta vezano je za djetetov stil reagiranja i za to je li on zarana vidljiv. Ni na ovo pitanje nije dan definitivan odgovor. Prema istraživanjima, razlike kod novorođene djece vidljive su i nakon što prođe nekoliko godina. Većina takvih osobina jesu razdražljivost djece i drugi oblici negativnog reagiranja (Plomin i sur., 1993; Riese, 1987; Stifter i Fox, 1990; Worobey i Blajda, 1989, prema Vasta i sur., 2005). Određene rane razlike mogu odražavati stabilan, a možda i urođen stil ponašanja, vidljiv već neposredno poslije rođenja. Mnogi tvrde da bi ponašanja temperamenta trebala biti uvjetovana genetikom, stabilna i zarana vidljiva, no ipak, ne slažu se svi u tome. Čak ni rezultati različitih istraživanja nemaju odgovor na ovo pitanje (Vasta i sur., 2005). Neki su istraživači ograničili sastavnice temperamenta samo na one za

koje je dokazano da su naslijeđene. No, takva razlikovanja vrlo su oštra i nisu se mogla dugo održati (Oatley i Jenkins, 2003).

Temperament se smatra važnom sastavnicom emocionalnosti koja utječe i na emocionalnost i na ličnost pojedinca, koja je naslijeđena i biološki utemeljena. U dječjoj emocionalnosti nailazimo na brojne individualne razlike prisutne u djetetovim prvim mjesecima života, a istraživanjem se pokazalo da te individualne razlike nisu samo konstitucijski uvjetovane. Istraživanje autora Belsky, Fish i Isabella (1991) ispitalo je promjene u emocionalnosti djece, pozitivnoj i negativnoj, u razdoblju od trećeg do devetog mjeseca djetetova života. Ustanovilo se da su stabilnost i emocionalne promjene pod utjecajem emocionalnog tona u obiteljskom okruženju.

Rothbart (2019) ističe da se i temperament razvija. Istraživanja su pokazala da se prilikom prvih nekoliko mjeseci djetetova života primjećuju individualne razlike u orijentaciji, sklonosti, pozitivnom afektu, strahu, ljutnji ili tuzi. S navršениh šest mjeseci života neka dojenčad pokazuje brži pristup određenim predmetima i objektima dodirujući ih, dok je kod neke dojenčadi taj pristup predmetima sporiji. U prvoj godini života i kasnije mogu se primijetiti individualne razlike u inhibiciji na nove i intenzivne podražaje (Rothbart, 2019).

Nadalje, između 2. i 7. godine života sastavnice dječjeg temperamenta brojnije i polako se približavaju konkretnom opisu djetetove ličnosti, odnosno temperamenta. Rothbart i suradnici definirali su sastavnice temperamenta od kojih se ističu one najvažnije. Podijeljene su na tri glavne kategorije, a to su pozitivna emocionalnost, negativna emocionalnost i svjesna kontrola ponašanja (vladanja sobom). Pod pozitivnom emocionalnošću podrazumijeva se smiješak i smijanje na različite podražaje, uzbuđenje u očekivanju doživljaja, uživanje u ugodnim i opasnim aktivnostima. Negativna emocionalnost podrazumijeva nezadovoljstvo, depresiju, frustriranost/srdžbu u situaciji ograničavanja, bojažljivost, neutješivost i strah od moguće boli. Na kraju, svjesna kontrola ponašanja uključuje susprezanje reakcija, planiranje određenog ponašanja, usmjeravanje i održavanje pozornosti na trenutnom zadatku te perceptivnu osjetljivost za neprimjetne podražaje (Starc i sur., 2004: 33).

## **5.1. KARAKTERISTIKE DJEČJEG TEMPERAMENTA**

Definicije temperamenta nisu bile usklađene u različitim istraživanjima jer se nisu usmjerili na iste mjere ponašanja (Thompson, 1993, prema Vasta i sur., 2005). Postoje sadašnja tri pristupa u području temperamenta koja uključuju izučavana ponašanja i primijenjene metode. Razvojni

pristup temperamentu posebno je važan u razlikovanju reaktivnog i regulatornog temelja individualnih razlika (Putnam i Stifter, 2008). Dječji temperament uvelike je zamišljen tako da ima dvije dimenzije koje se odnose na emocionalnu regulaciju, a to su reaktivnost ili negativna afektivnost, definirane kao učestalost i intenzitet reakcija na promjene u okruženju te regulacija ili kontrola napora (Tan i sur., 2013).

Prva i najstarija te najraširenija korištena klasifikacija temperamenta jest Njujorška longitudinalna studija (NYLS) koju su 1950-ih godina razvili dvoje pedijatara, Alexander Thomas i Stela Chess. Strategija u ovoj studiji bio je razvoj klasifikacije dječjeg temperamenta, a potom istraživanje povezanosti kategorija s djetetovim emocionalnim i socijalnim razvojem u kasnijoj dobi. Klasificirali su i ustanovili devet dimenzija temperamenta. U tih devet dimenzija spadaju aktivnost, ritmičnost, pristupanje/povlačenje, prilagodljivost, intenzitet, limen, raspoloženje, distraktibilnost te opseg pažnje i ustrajnost. Na temelju procjena djece prema navedenim dimenzijama utvrdili su tri sklopa osobina koje su se najviše puta pojavljivale. To su „lagan“, „težak“ i „suzdržan“. Thomas i Chessova (1977) navode da „utjecaj temperamenta na djetetov kasniji razvoj proizlazi iz stupnja podudaranja djetetova stila reagiranja i fizičke i socijalne okoline“ (Vasta i sur., 2005: 460).

Druga klasifikacija temperamenta, odnosno EAS model također se koristi upitnicima za roditelje, a razvio ju je Robert Plomin. Metoda pristupa temperamentu kao naslijeđenoj crti ličnosti može se mjeriti trima dimenzijama, a to su emocionalnost, aktivnost i socijabilnost (EAS). Emocionalnost se odnosi na brzinu koja je potrebna da bi dijete postalo uzbuđeno i počelo negativno reagirati na okolne podražaje. Emocionalnost je na početku djetetova života vidljiva, npr. kroz djetetov plač, dok se kasnije emocionalnost počinje razvijati prema reakciji straha ili srdžbe. Plomin aktivnost opisuje djetetovim tempom i korištenjem energije. Djeca koja su raspoznata visoko na ovoj dimenziji živahnija su i dinamičnija. Pod socijabilnošću se podrazumijevaju djetetove sklonosti druženju s drugim ljudima. Takva djeca vole stalno biti u interakciji i međusobno poticati kontakt. EAS model biološki je utemeljen i navedene su tri dimenzije urođene. No, djetetov socijalni razvoj ovisi o okolini u kojoj ono boravi (Vasta i sur., 2005).

Treći model temperamenta zove se model Rothbartove, prema autorici Mary Rothbart. Za razliku od svojih tadašnjih teoretičara, Rothbart pristupa temperamentu na inkluzivniji način. Rothbart smatra da će istraživanja pojedinačnih razlika na razini genetskog, endokrinog, autonomnog središnjeg živčanog sustava pružiti integriranije razumijevanje temperamenta. Također, Rothbart navodi da se opseg definicije temperamenta treba proširiti i na razlike u

motivaciji za sudjelovanje u određenim aktivnostima te spoznajama koje proizlaze iz konfliktnih situacija (Putnam i Stifter, 2008). I ovaj model ima biološki temelj te polazi od toga da kod temperamenta postoje određene urođene razlike u fiziološkom funkcioniranju djece. Prema Rothbartovoj, temperament je odraz individualnih razlika u reaktivnosti i samoregulaciji (Rothbart i Derryberry, 1981, prema Vasta i sur., 2005). Reaktivnost se odnosi na reakcije djece na podražaje, uključujući njihov intenzitet i lakoću. U istraživanjima s dojenčadi i malom djecom Rothbart je dosljedno otkrivala dimenzije hitnosti/ekstraverzije, negativne afektivnosti i sposobnosti regulacije, dok su u odraslim populacijama otkrivene i dodatne dimenzije. Rothbart je za razliku od Plomina uključila još i pozitivno uzbuđenje, odnosno dječje osmjehivanje. Pod drugom se komponentom temperamenta navodi samoregulacija, odnosno djetetova sposobnost povećavanja ili umanjivanja reaktivnosti. Za nju se smatra da je urođena i različita kod djece. Ponašanja u samoregulaciji mijenjaju se prilikom djetetova odrastanja, no crta temperamenta i dalje je u podlozi te upravlja djetetovim reakcijama (Rothbart i Posner, 1985, prema Vasta i sur., 2005). U istraživanju (La Gasse, Gruber i Lipsitt, 1989, prema Vasta i sur., 2005) u kojem su ispitivana djeca dva dana nakon rođenja htio se ispitati intenzitet sisanja umjetne dudu. Reakcije djece bile su vrlo različite. Ista su djeca ispitana kasnije, u dobi od osamnaest mjeseci, kada se istraživao intenzitet njihovih reakcija na nepoznate osobe i situacije. Utvrđeno je da su njihove reakcije pozitivno korelirale s njihovim prijašnjim istraživanim ponašanjima. Takvi su rezultati odraz stabilne crte temperamenta koja uključuje i reaktivnost i samoregulaciju. Model Rothbartove smatra da urođene crte temperamenta određuju kvalitetu djetetovih socijalnih reakcija. Vrlo važan utjecaj pri određivanju razvoja imaju djetetov skrbnik i okolina.

Macuka (2012) postavlja pitanje koje su to odrednice koje grade konstrukt emocionalne regulacije, pa navodi značajke i neke obiteljske odrednice. Naglašava da je u objašnjenje emocionalne regulacije važno uključiti neke osobne karakteristike pojedinca, a to su temperament, spol i razvojni status djeteta. Ranije spomenuto sada spominje i autorica Macuka (2012), a to je da na razvoj emocionalne regulacije zasigurno velik utjecaj ima biološka struktura, odnosno temperament. Temperament se odnosi na djetetove već urođene sheme prema doživljaju i izražavanju određenih emocija (Macuka, 2012). Neka istraživanja temperamenta pokazuju da se djeca razlikuju prema tome kolika im je sposobnost vraćanja na početno stanje, ono prije uzbuđenja, tj. prema tome kolika im je emocionalna regulacija. Nadalje, uloga dječjeg temperamenta od izuzetne je važnosti za razumijevanje djetetovih mogućnosti za emocionalnu regulaciju, čiji su procesi sastavljeni od različitih dimenzija dječjeg temperamenta. U okviru modela autorice Rothbart pokazano je kako je temperament objašnjiv nekim dimenzijama

temperamenta višeg reda, a to su dimenzija samokontrole ili kontrola napora, pozitivna afektivnost, afilijativnost i negativna afektivnost (Macuka, 2012). Individualne rane razlike u odražavanju negativne emocionalnosti i smanjenju sposobnosti samokontrole imaju utjecaj na razvoj sposobnosti regulacije (Yap i sur., 2007, prema Macuka 2012).

U osnovi mjerenja dječjeg temperamenta navode se emocije i emocionalna regulacija (Eisenberg i sur., 2004, Macuka 2012). Mjerenjem temperamenta podrazumijevamo procjene pri kojima roditelji procjenjuju brzinu kojom se dijete naljuti ili jačinu straha koji pokazuje u nekoj situaciji. Nadalje, mjerenje temperamenta moguće je metodom opažanja prilikom koje se obuhvaća količina negativnih emocionalnih izražaja koje to dijete pokaže prilikom razdoblja opažanja (Oatley i Jenkins, 2003).

No, važno je pojmovno odvojiti temperament i emocionalnu regulaciju. Pod pojmom temperamenta podrazumijeva se stabilan emocionalan odgovor, biološki djelomično zasnovan i vidljiv već u dojenačkoj dobi. Emocionalna regulacija tumači se kao proces kojim se emocionalni odgovor na određene podražaje pojačava u funkciji postizanja cilja (Cole i sur., 2004, prema Macuka 2012). Ono što snažno oblikuje dječje reakcije na okolinu jest temperament, i te reakcije ovise o samom djetetovu temperamentu (Starč i sur., 2004).



## 6. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati povezanost emocionalne regulacije i temperamenta kod djece predškolske dobi.

Problemi istraživanja:

1. Ispitati izraženost dimenzija temperamenta i emocionalne regulacije kod djece predškolske dobi.
2. Ispitati razlike u temperamentu i regulaciji emocija s obzirom na spol.
3. Ispitati povezanost dječjeg temperamenta i regulacije emocija.
4. Ispitati doprinos temperamentu u objašnjenju regulacije emocija.

Na temelju postavljenih problema određene su sljedeće hipoteze:

1. U istraživanjima s malom djecom Rothbart je otkrila dimenzije ekstraverzije, negativne afektivnosti i sposobnosti regulacije (Vasta i sur., 2005). Stoga, očekujemo da će kod djece predškolske dobi biti izraženije pozitivne dimenzije temperamenta i emocionalne regulacije, a manje izražene negativne dimenzije temperamenta.
2. Očekujemo da će postojati razlike u temperamentu i regulaciji emocija s obzirom na spol. Else – Quest, Hyde, Goldsmith i Van Hulle (2006) navode izražene spolne razlike u temperamentu kod kojih je vidljivo da djevojčice pokazuju veću kontrolu napora za razliku od dječaka. Također, kod djevojčica je uočena veća upornost nego kod dječaka (Walker i sur., 2001). Prema provedenom istraživanju Macuka (2012) navodi da je razina emocionalne regulacije pod utjecajem spola djeteta. Djevojčice, za razliku od dječaka, pokazuju veću sposobnost u reguliranju emocija, što se može pripisati već urođenim razlikama (Morris i sur., 2002, prema Macuka, 2012).
3. Model Rothbartove opisuje temperament kao odražavanje individualnih razlika u području emocionalne reaktivnosti, odnosno intenziteta i lakoće dječjih reakcija na podražaje te na području samoregulacije (sposobnost kontrole emocionalnosti). Očekujemo da postoji povezanost dječjeg temperamenta i regulacije emocija.
4. Prema modelu Rothbartove, crta temperamenta uvijek je u podlozi upravljanja djetetovim reakcijama u samoregulaciji emocionalnosti. Očekujemo da temperament doprinosi u objašnjenju regulacije emocija.

## **7. METODA ISTRAŽIVANJA**

### **7.1. SUDIONICI**

Uzorak djece u istraživanju činilo je 391 dijete u dobi 5 – 7 godina. U uzorku djece bila su 204 (52,44 %) dječaka i 185 (47,56 %) djevojčica. Sudionici su s područja četiriju županija, Ličko-senjske, Splitsko-dalmatinske, Šibensko-kninske i Zadarske. S područja Ličko-senjske županije sudjelovali su Dječji vrtić Slapić i Dječji vrtić Ciciban, odnosno 22 % djece. Iz Splitsko-dalmatinske županije sudjelovali su Dječji vrtić Grigor Vitez, DV Marjan i DV Cvit mediterana te DV Radost i DV Kaštela, što čini 37 % djece. Iz Šibensko-kninske županije sudjelovao je Dječji vrtić Spužvica iz Tisnog, odnosno 11 % ukupnog broja djece. S područja Zadarske županije sudjelovali su DV Radost, DV Sunce i DV Golubica, što je ukupno iznosilo 31 % djece. U istraživanju je sudjelovao 391 roditelj. Većinom su to bile majke (87,70 %), a prosječna dob ispitanih roditelja bila je 37 godina.

### **7.2. MJERNI INSTRUMENTI**

Prvi dio upitnika sadržavao je pitanja vezana za spol i dob djeteta koje roditelji procjenjuju. Nakon toga slijede pitanja vezana za dob roditelja, njihovo obrazovanje, zaposlenje, broj članova kućanstva i prebivalište. Drugi dio upitnika čini Upitnik dječjeg ponašanja (Putman i Rothbart, 2006). Sastavljen je od 36 tvrdnji i mjeri negativnu afektivnost (npr. tvrdnje „Kada je ljutito zbog nečega, pokazuje znakove uzrujanosti 10 minuta ili duže“), kontrolu ulaganja napora (npr. tvrdnje „Polako i bez žurbe donosi odluku što će sljedeće učiniti“) i ugodu (npr. tvrdnje „Uživa u blagim ritmičnim aktivnostima kao što su ljuljanje i njihanje“). Roditelji su s pomoću Likertove petodijelne skale od 1 do 5 procijenili u kolikoj se mjeri određena tvrdnja odnosi na njihovo dijete. Formirane i skraćene skale imale su koeficijente pouzdanosti od .67, .77 i .71.

Nadalje se koristilo Ček listom regulacije emocija (Emotion regulation checklist, autora Shields i Cicchetti, 1995) koja se sastoji od 24 tvrdnji i mjeri labilnost/negativnost (npr. tvrdnje „Sklono je ispadima ljutnje“) i regulaciju emocija (npr. tvrdnje „Može odgoditi zadovoljenje potreba“). Također, bila je ponuđena petodijelna Likertova skala na kojoj su roditelji trebali procijeniti u kolikoj se mjeri tvrdnja odnosi na njihovo dijete, od 1 – što znači „uopće nije točno“ do 5 – što znači „u potpunosti je točno“. Faktorska analiza potvrdila je dvofaktorsku strukturu ček liste, a koeficijenti pouzdanosti iznosili su: .85, i .79.

### **7.3. POSTUPAK**

Prije same provedbe istraživanja od ravnatelja dječjih vrtića dobili smo suglasnosti za provođenje istraživanja. Upitnici su podijeljeni odgojiteljima, a odgojitelji su ih podijelili roditeljima koji su pristali na to da njihova djeca sudjeluju u istraživanju. Roditelji su popunjene upitnike vratili odgojiteljima. Vrijeme koje je bilo predviđeno za ispunjavanje upitnika iznosilo bi 20-ak minuta.

## 8. REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Prvi problem bio je ispitati izraženost dimenzija temperamenta i emocionalne regulacije kod djece predškolske dobi.

Tablica 1. Prikaz pokazatelja deskriptivne statistike za temperament i emocionalnu regulaciju

	<b>M</b>	<b>MIN.</b>	<b>MAX.</b>	<b>SD</b> <b>(Standardna devijacija)</b>
<b>Negativna afektivnost</b>	2.74	1.20	4.60	0.64
<b>Ulaganje napora</b>	4.16	2.63	5.00	0.53
<b>Ugoda</b>	3.49	1.33	5.00	0.66
<b>Labilnost/neg</b>	2.06	1.00	5.00	0.66
<b>Emocionalna regulacija</b>	4.25	2.17	5.00	0.45

U Tablici 1. dobiveni su deskriptivni podaci koji opisuju varijable temperamenta i emocionalne regulacije. Pod varijable temperamenta spadaju negativna afektivnost, ulaganje napora i ugoda, dok pod emocionalnu regulaciju spadaju varijable labilnost/negativnost i emocionalna regulacija. Prema dobivenim prosječnim vrijednostima može se vidjeti da je negativna afektivnost kao dimenzija temperamenta umjereno izražena ( $M = 2.74$ ). Dimenzije negativne afektivnosti obuhvaćaju ljutnju, strah, nelagodu, tugu i sniženu reaktivnost djeteta te se pokazalo da su umjereno izražene kod djece predškolske dobi. Nešto izraženija dimenzija temperamenta jest ugoda, čija aritmetička sredina iznosi  $M = 3.49$ . Dimenziju ugode čine karakteristike kao što su osmjehivanje, smijanje, visok intenzitet aktivnosti, prilaženje, impulzivnost. Uočeno je da je ugoda, odnosno pozitivna afektivnost kod djece nešto izraženija od negativne afektivnosti. Najizraženija dimenzija temperamenta jest ulaganje napora djece ( $M = 4.16$ ). Navedena dimenzija mjerila se s pomoću tvrdnji u upitniku vezanih za fokus pažnje, uočavanje promjena, zadržavanje u aktivnostima, koncentraciju prilikom obavljanja određenih aktivnosti i praćenje uputa bez poteškoća. Prema procjenama roditelja, djeca pokazuju visoku razinu ulaganja napora, koja je procijenjena kao najizraženija dimenzija temperamenta kod djece.

Sljedeće varijable odnose se regulaciju emocija. Prema dobivenim podacima, labilnost odnosno negativnost slabo je izražena ( $M = 2.06$ ). Uočeno je da impulzivnost, ispadi ljutnje,

ometajući izljevi energije te razigranost i frustracije prema procjenama roditelja nisu izraženi kod djece predškolske dobi. Emocionalna regulacija na temelju dobivene aritmetičke sredine pokazuje izraženu vrijednost ( $M = 4.25$ ). Emocionalna regulacija procjenjivala se pozitivnim reagiranjem na poticaje odraslih, na poticaje vršnjaka, odgađanjem zadovoljenja svojih potreba, suosjećanje s drugima. Prema tome, djeca pokazuju relativno visoku razinu emocionalne regulacije, što se tiče procjena roditelja.

Drugi problem bio je ispitati razlike u temperamentu i regulaciji emocija s obzirom na spol.

*Tablica 2. Razlike u temperamentu i regulaciji emocija s obzirom na spol*

	<b>M</b> <b>dječaci</b>	<b>M</b> <b>djevojčice</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<b>Negativna afektivnost</b>	2.73	2.74	-0.16	0.87
<b>Ulaganje napora</b>	4.03	4.31	-5.36	0.00*
<b>Ugoda</b>	3.40	3.50	-0.33	0.74
<b>Labilnost</b>	2.09	2.03	0.89	0.37
<b>Emocionalna regulacija</b>	4.23	4.28	-1.09	0.28

$p < 0.05^*$

U Tablici 2. prikazani su rezultati t-testa kojim smo testirali značajnost razlika u temperamentu i emocionalnoj regulaciji s obzirom na spol. Na temelju dobivenih podataka, može se iščitati da za većinu varijabli ne postoji statistički značajna razlika, odnosno da nema značajnih razlika u temperamentu i regulaciji emocija s obzirom na spol. Jedina statistički značajna razlika utvrđena je za ulaganje napora. Iz dobivenih aritmetičkih sredina može se vidjeti da više napora ulažu djevojčice, čija aritmetička sredina iznosi  $M = 4.31$  nego dječaci, čija je aritmetička sredina jednaka iznosu  $M = 4.03$ . Prema procjenama roditelja, djevojčice više uočavaju promjene, imaju bolji fokus pažnje, koncentriranije su prilikom obavljanja određenih aktivnosti, jako su im predane i posvećuju im puno vremena.

Sljedeći problem bio je ispitati povezanost dječjeg temperamenta i regulacije emocija

Tablica 3. Prikaz povezanosti dječjeg temperamenta i regulacija emocija

Varijable	Negativna afektivnost	Ulaganje napora	Ugoda	Labilnost/Negativnost	Emocionalna regulacija	Spol djeteta
<b>Negativna afektivnost</b>	1.00	0.00	0.02	0.62*	-0.30*	0.02
<b>Ulaganje napora</b>	0.00	1.00	0.13*	-0.20*	0.42*	0.26*
<b>Ugoda</b>	0.02	0.13*	1.00	0.16*	0.07	0.03
<b>Labilnost/negativnost</b>	0.62*	-0.20*	0.16*	1.00	-0.54*	-0.05
<b>Emocionalna regulacija</b>	-0.30*	0.42*	0.07	-0.54*	1.00	0.05
<b>Spol djeteta</b>	0.02	0.26*	0.03	-0.05	0.05	1.00
<b>Dob djeteta</b>	-0.02	-0.03	-0.06	-0.06	0.02	-0.07

U Tablici 3. dobiveni su Pearsonovi koeficijenti korelacije između varijabli. Dobiveni koeficijenti prikazuju da između pojedinih varijabli postoji pozitivna korelacija. Statistički značajna povezanost dobivena je između varijabli negativne afektivnosti i labilnosti/negativnosti. Što je veća razina negativne afektivnosti, to je veća i razina labilnosti/negativnosti kod djece. Izraženije karakteristike negativne afektivnosti, kao što su frustracija, ljutnja, tjeskoba, uzrujanost znače i izraženiju labilnost/negativnost u reguliranju emocija. Podaci pokazuju i statistički značajnu povezanost negativne afektivnosti s emocionalnom regulacijom. Što je veća negativna afektivnost, manja je sposobnost emocionalne regulacije. Prema procjenama, djeca koja imaju veću sposobnost emocionalnog reguliranja u svom ponašanju pokazuju manje izražene karakteristike negativne afektivnosti.

Druga navedena dimenzija temperamenta u tablici, odnosno ulaganje napora povezana je s ugodom, labilnošću/negativnošću, emocionalnom regulacijom i spolom djeteta. Viša razina ugone povezana je s nižom razinom labilnosti/negativnosti i boljom regulacijom emocija. Promatrajući

karakteristike dimenzije ugone, uočeno je da djeca s visokim intenzitetom ugone u aktivnostima, odnosno izraženom pozitivnom afektivnošću pokazuju bolju sposobnost emocionalne regulacije, a time i manju labilnost/negativnost u reguliranju emocija. Dimenzija ulaganja napora djece i spol djeteta pozitivno koreliraju. Djevojčice pokazuju veću razinu ulaganja napora nego dječaci. Iz toga je vidljivo, prema procjenama, da djevojčice za razliku od dječaka imaju bolji fokus pažnje, koncentracije i da bez poteškoća savladavaju određene upute.

Treća ispitivana dimenzija temperamenta u tablici, odnosno ugoda povezana je s ulaganjem napora i labilnošću/negativnošću. Ugoda pozitivno korelira s ulaganjem napora, što bi značilo da što je veća razina ugone, to je veća i razina ulaganja napora djece. Ugoda ili surgencija, odnosno osmjehivanje, smijanje, sramežljivost povezana je s djetetovim izraženim fokusom pažnje, uočavanjem promjena i koncentracijom. Također, vidljivo je da veća razina ugone znači i veću razinu labilnosti/negativnosti kod djece. No, neke određene karakteristike ugone ili surgencije obuhvaćaju i impulzivnost, energičnost u aktivnostima te ugodu visokog inteziteta. Ovakva ponašanja mogu se generalno interpretirati kao negativna. Sukladno tomu, navedene izražene karakteristike povezane su s labilnošću/negativnošću djece u reguliranju emocija.

Četvrta varijabla, odnosno varijabla labilnosti/negativnosti pokazuje statistički značajnu povezanost s negativnom afektivnošću, ulaganjem napora, ugodom i emocionalnom regulacijom. Prema podacima, što je veća razina labilnosti/negativnosti, to je veća i razina negativne afektivnosti i ugone. S druge strane, veća razina labilnosti/negativnosti znači nižu razinu ulaganja napora i nižu sposobnost emocionalne regulacije kod djece. Promatrajući korelacije, vidljivo je da je labilnost/negativnost povezana sa svim procijenjenim dimenzijama temperamenta.

Peta navedena varijabla, tj. emocionalna regulacija statistički značajno korelira sa sljedećim varijablama, a to su negativna afektivnost, ulaganje napora i labilnost/negativnost. Što je veća razina emocionalne regulacije, to je manja razina negativne afektivnosti i labilnosti/negativnosti, dok veća razina emocionalne regulacije znači i veću razinu ulaganja napora. Sukladno tomu, može se zaključiti da je emocionalna regulacija povezana sa svim dimenzijama temperamenta, izuzev ugone.

Četvrti problem bio je ispitati doprinos temperamenta u objašnjenju emocionalne regulacije

*Tablica 4. Prikaz rezultata regresijske analize u kojoj je kriterijska varijabla labilnost/negativnost, a prediktorske varijable temperamenta*

<b>Prediktori</b>	<b>B</b>	<b>p</b>
<b>Negativna afektivnost</b>	<i>0.62*</i>	0.00
<b>Ulaganje napora</b>	<i>-0.23*</i>	0.00
<b>Ugoda</b>	<i>0.17*</i>	0.00
<i>R=0.68, R<sup>2</sup>= 0.46</i>		
<i>p&lt;0.00</i>		

U regresijskoj analizi uvedene su varijable temperamenta negativna afektivnost, ulaganje napora i ugoda kao prediktorske varijable te je ispitan njihov doprinos u objašnjenju labilnosti/negativnosti pri regulaciji emocija. Dobiveni podaci pokazuju da dimenzije temperamenta objašnjavaju 46 % varijance labilnosti/negativnosti. Većoj razini labilnosti/negativnosti doprinose veća razina negativne afektivnosti i ugode, a manja razina ulaganja napora. Prema procjenama je uočeno da djeca koja pokazuju labilnost/negativnost u reguliranju svojih emocija imaju izražene karakteristike negativne afektivnosti u ponašanju. To je vidljivo u ljutnji/frustraciji djeteta, strahu, tjeskobi/nelagodi, ali i osjećaju tuge te sniženoj reaktivnosti. Nadalje, karakteristike ugode ili surgencije također pridonose labilnosti/negativnosti u reguliranju emocija, što je neočekivano. No, određene se karakteristike mogu interpretirati kao negativna ponašanja. Djeca koja ne preferiraju mirne aktivnosti, koja vole visok intenzitet aktivnosti i ugode pokazuju labilnost/negativnost u regulaciji emocija. Manje izražena dimenzija ulaganja napora također doprinosi labilnosti/negativnosti, što znači da su djeca koja ne primjećuju promjene, nemaju izražen fokus pažnje i imaju nizak intenzitet ugode labilnija/negativnija u regulaciji emocija. Iz ovog se zaključuje da dimenzije temperamenta doprinose u objašnjenju labilnosti/negativnosti regulacije emocija.

*Tablica 5. Prikaz rezultata regresijske analize u kojoj je kriterijska varijabla emocionalna regulacija, a prediktorske varijable temperamenta*

<b>Prediktori</b>	<b>B</b>	<b>P</b>
<b>Negativna afektivnost</b>	<i>-0.31*</i>	0.00
<b>Ulaganje napora</b>	<i>0.42*</i>	0.00
<i>R=0.52, R<sup>2</sup>=0.27</i>		
<i>p&lt;0.00</i>		



U regresijskoj analizi uvedene su varijable negativna afektivnost i ulaganje napora kao prediktorske varijable te je ispitan doprinos varijabli u objašnjenju emocionalne regulacije. Negativna afektivnost i ulaganje napora objašnjavaju 27 % varijance emocionalne regulacije. Većoj razini emocionalne regulacije pridonosi niža razina negativne afektivnosti i veća razina ulaganja napora. Manje izražene karakteristike negativne afektivnosti, odnosno frustracija, osjećaj tuge, ljutnja, uzrujanost, tjeskoba i nelagoda djece doprinose boljoj sposobnosti emocionalne regulacije djece. Prema procjenama je uočeno da djeca s izraženijim karakteristikama ulaganja napora u aktivnosti pokazuju bolju sposobnost emocionalne regulacije. Uza sve navedeno, može se zaključiti da dimenzije temperamenta doprinose objašnjenju emocionalne regulacije.

## 9. RASPRAVA

Prvi problem u istraživanju jest ispitati izraženost dimenzija temperamenta i emocionalne regulacije kod djece predškolske dobi. Ustanovilo se da su dimenzije ulaganja napora i ugoda one koje su umjereno izražene, dok je manje izražena dimenzija negativne afektivnosti. Dobiveni podaci potvrđuju postavljenu hipotezu da će pozitivne dimenzije temperamenta kod djece predškolske dobi biti više izražene od negativnih. Visoko procijenjene dimenzije moguće je objasniti time što su ih procjenjivali roditelji djece. Unatoč tomu što roditelji poznaju svoju djecu, razlog izraženijih pozitivnih dimenzija može biti i njihova subjektivnost. Ulaganje napora i ugoda/surgencija pokazuju umjerenu izraženost. Karakteristike dimenzije ulaganja napora kao što su fokus pažnje, koncentracija, uključenost u aktivnost i praćenje uputa bez poteškoća pokazuju se kao najizraženija dimenzija temperamenta djece. Iz toga se može zaključiti da djeca predškolske dobi tijekom svojih aktivnosti pokazuju zainteresiranost, koncentriranost tijekom izvođenja, uključenost i kontinuiranost. Ulaganje napora procjenjivalo se tvrdnjama: „Primijeti kada roditelji nose novu odjeću“, „Bez poteškoća prati upute“ i „Brzo primijeti bilo kakvu promjenu u prostoriji“. Nadalje, ugoda ili surgencija utvrđena je kao umjereno izražena dimenzija temperamenta, što objašnjava da djeca pokazuju pozitivnu afektivnost. Time se podrazumijeva da djeca pokazuju ugodu visokog inteziteta, visoku razinu aktivnosti i energičnosti, a roditelji su ih procjenjivali sljedećim tvrdnjama: „Voli se ljuljati visoko i brzo“, „Ima puno energije, čak i navečer“. No, obrnuto bodovane tvrdnje u upitniku: „Preferira mirnije aktivnosti od aktivnih igara“ i „Polako i bez žurbe donosi odluku što će sljedeće učiniti“ mogu se interpretirati kao negativna ponašanja. Negativna afektivnost procjenjivala se kroz postavljene tvrdnje u upitniku za roditelje: „Ako je spriječeno u nečemu što želi, postane jako frustrirano“, „Prilično se uzruja zbog male ogrebotine ili masnice“ i „Razljuti se kada ne može naći nešto čime se želi igrati“. Iz procjena roditelja ustanovljeno je da su ponašanja poput ljutnje, frustracije, straha, tjeskobe i nelagode manje izražene kod djece predškolske dobi. Prema modelu Rothbartove, kao najvažnije sastavnice dječjeg temperamenta od druge do sedme godine života navode se pozitivna emocionalnost, negativna emocionalnost i svjesna kontrola ponašanja (vladanja sobom) (Rothbart i sur., 2000, prema Starc i sur., 2004). Izraženost određenih dimenzija temperamenta oblikuje djetetovu ličnost i samu sposobnost reguliranja emocija, čime dijete može normalno funkcionirati u društvu u kojem se nalazi (Brajša–Žganec, 2003). Također, istraživanjem smo dobili podatke koji pokazuju da su djeca na visokoj razini emocionalne regulacije, dok im je razina labilnosti/negativnosti manje izražena. Prema tome, možemo zaključiti da djeca predškolske dobi pokazuju sposobnost reguliranja svojih emocija, odnosno „Pozitivno reagira na neutralne ili prijateljske poticaje odraslih“, „Može

kontrolirati uzbuđenje (ne pretjeruje u situacijama energične igre, uzbuđeno je prikladno kontekstu)“. Dimenzija negativnost/labilnost, koja je manje izražena kod djece procjenjivala se s pomoću sljedećih tvrdnji u upitniku: „Lako postane frustrirano“, „Sklon je ispadima ljutnje“, „Pokazuje zaigranost (energičnost i uzbuđenost) koju drugi smatraju nametljivom i ometajućom“. Berk (2015) govori o uporabi različitih strategija koje dijete upotrebljava nakon četvrte godine života i kojima uspješno regulira svoje emocije. Na primjer, dijete „otupi“ emocije ograničavajući osjetni ulaz (prekriva oči ili uši kako bi izbjeglo neugodnost), mijenjajući svoje ciljeve i govoreći sam sebi (tješeći samo sebe). Dakle, navedenim strategijama dijete smanjuje svoje emocionalne ispade tijekom predškolske dobi (Berk, 2015). Labilnost/negativnost mogu pokazivati djeca koja intenzivno doživljaju negativne emocije, a Berk (2015) ih tumači kao mete neučinkovitog roditeljstva. Na to se nadovezuje djetetova slaba sposobnost emocionalne regulacije.

Drugi problem u istraživanju jest ispitati postojanje razlike s obzirom na spol u dimenzijama temperamenta i emocionalne regulacije kod djece. U nekim od dosad provedenih istraživanja navodi se da su dječaci obično lošiji od djevojčica u reguliranju emocija (Eisenberg i sur., 1998; Zeman i sur., 1997, prema Macuka, 2012). U ovom istraživanju utvrđena je statistički značajna razlika samo za dimenziju ulaganja napora kod djece. Prema dobivenim rezultatima istraživanja utvrđeno je da djevojčice ulažu više napora nego dječaci. Može se zaključiti da djevojčice za razliku od dječaka imaju bolji fokus pažnje, bolju perceptualnu senzitivnost, koncentriranost tijekom izvođenja aktivnosti i uključenost u aktivnosti. Navedena dimenzija procjenjivala se s pomoću nekih od tvrdnji: „Pokazuje iznimnu koncentraciju prilikom bojenja ili crtanja“, „Primijeti kada roditelji nose novu odjeću“. Iz dosadašnjih provedenih istraživanja možemo uočiti da kod određenih dimenzija temperamenta postoji izražena razlika s obzirom na spol. Walker i sur. (2001) u provedenom istraživanju uočili su veću upornost kod djevojčica nego kod dječaka, što potvrđuje i ovo istraživanje. Također, Else – Quest i sur. (2006) utvrdili su da postoje izražene razlike u temperamentu s obzirom na spol, odnosno u većoj kontroli napora koju pokazuju djevojčice. Nadalje, dobiveni rezultati pokazuju da dimenzije emocionalne regulacije (labilnost/negativnost i emocionalna regulacija) nemaju statistički značajnih razlika s obzirom na spol. Djevojčice i dječaci na približno su jednakim prosječnim vrijednostima prema kojima je utvrđeno da bolja sposobnost emocionalne regulacije ne ovisi o spolu djeteta. No, Macuka (2012) navodi kako dosadašnji rezultati istraživanja pokazuju da je razina i sposobnost emocionalne regulacije pod utjecajem spola djeteta. Djevojčice za razliku od dječaka pokazuju bolju sposobnost emocionalne regulacije, što se može pripisati već urođenim razlikama u reaktivnosti (Morris i sur., 2002, prema Macuka, 2012). Dakle, postavljena hipoteza nije potvrđena. Mogući razlog zašto nisu utvrđene razlike koje smo

očekivali jest specifičnost uzorka u istraživanju. Macuka (2012) je provela istraživanje na učenicima osnovne škole. Stoga se razlike mogu pokazati kasnije, u školskoj ili adolescentnoj dobi. Postojanje razlika u kasnijoj dobi može biti i posljedica stereotipnih očekivanja okoline prema kojima se djevojčice doživljaju kao mirnije i povučenije, za razliku od dječaka koji su impulzivniji i agresivniji.

Prema rezultatima provedenog istraživanja utvrđene su statistički značajne povezanosti određenih dimenzija dječjeg temperamenta i emocionalne regulacije. Postavljena hipoteza koja uključuje model Rothbartove opisuje temperament kao odražavanje individualnih razlika u području emocionalne reaktivnosti, odnosno intenziteta i lakoće dječjih reakcija na podražaje te na području samoregulacije (sposobnost kontrole emocionalnosti). Sve ispitane dimenzije temperamenta koreliraju s dimenzijama emocionalne regulacije. Provedeno istraživanje pokazuje da veća razina negativne afektivnosti znači i veću razinu labilnosti u reguliranju emocija. Prema procjenama, djeca koja imaju izražene karakteristike negativne afektivnosti, odnosno ljutnju, strah, frustraciju i uzrujanost pokazuju labilnost. Također, Macuka (2012) objašnjava kako je niža razina emocionalne regulacije kod one djece koja postižu visoku razinu negativne afektivnosti, što je i potvrđeno ovim istraživanjem. Negativna afektivnost, kao reaktivna dimenzija temperamenta, negativno djeluje na emocionalnu regulaciju. Prema tome, djeca s izraženijim dimenzijama negativne afektivnosti nemaju dovoljno razvijenu emocionalnu regulaciju, odnosno svoje negativne emocije i emocionalna stanja reguliraju na neadekvatan način. Nadalje, dimenzija ulaganja napora pokazuje statistički značajnu povezanost s labilnošću/negativnošću i emocionalnom regulacijom. Djeca kod kojih je razina labilnosti/negativnosti veća pokazuju manje ulaganje napora, slabiju koncentraciju tijekom izvršavanja aktivnosti, izostanak uključenosti u aktivnosti koje rade, poteškoće pri praćenju uputa i slabo uočavanje promjena. S druge strane, djeca koja pokazuju bolju sposobnost emocionalne regulacije ulažu više napora u aktivnosti. Nadalje, dimenzija temperamenta, uroda/surgencija pokazuje statistički značajnu povezanost s labilnošću/negativnošću, što je neočekivana korelacija. Određene karakteristike dimenzije ugode, odnosno pozitivne afektivnosti mogu se tumačiti kao negativna ponašanja. Pod time podrazumijevamo djetetovu impulzivnost, ugodu visokog intenziteta i visoku razinu aktivnosti koje su povezane s djetetovom labilnošću/negativnošću reguliranja emocija. Prema dobivenim podacima utvrđeno je da postoji povezanost između dimenzija temperamenta i emocionalne regulacije. U literaturi brojni autori opisuju temperament kao strukturu koja ima izrazito velik utjecaj na emocionalnu regulaciju. Iščitavajući literaturu, može se uočiti da se u brojnim tumačenjima temperamenta velika važnost pridaje emocijama i emocionalnim reakcijama prema

drugima. Temperamentno reaktivno dijete s lošom kontrolom vjerojatnije će reagirati neumjerenim negativnim obrascima ponašanja i neadekvatnim pokušajima postizanja cilja. Suprotno tomu, reaktivnije dijete s boljom kontrolom lakše će se koristiti strategijama usmjerenim na moduliranje svojih emocionalnih reakcija (Zalewski i sur., 2011). Sve su navedene korelacije očekivane. Proučavajući ustanovljene korelacije, može se zaključiti da je temperament povezan s emocionalnom regulacijom.

Zadnji problem u istraživanju bio je ispitati doprinos temperamenta u objašnjenju emocionalne regulacije. Uvedene prediktorske dimenzije jesu dimenzije temperamenta. Analizirane dimenzije temperamenta objašnjavaju 46 % varijance labilnosti/negativnosti. Ustanovljeno je da su značajni prediktori negativna afektivnost i uroda. Djeca koja više pokazuju negativnu afektivnost više će pokazivati labilnost/negativnost. Negativna afektivnost odražava se kao doživljavanje negativnih emocija, pa pojedinci koji su skloni negativnoj afektivnosti slabije reguliraju negativne emocije (Yap i sur., 2007, prema Macuka, 2012). Nadalje, u drugoj dobivenoj regresijskoj analizi dimenzije temperamenta objašnjavaju 27 % varijance emocionalne regulacije. Značajni su prediktori ulaganje napora i negativna afektivnost. Iz navedenog se može uočiti da djeca koja ulažu više napora u svoje aktivnosti imaju bolju sposobnost emocionalne regulacije. Nadalje, pokazalo se da djeca koja u svom ponašanju pokazuju više negativne afektivnosti i negativnih emocija imaju nedovoljno razvijenu sposobnost emocionalne regulacije. Gross i John (2003, prema Macuka, 2012) navode da je emocionalna regulacija djelomično oblikovana određenim dispozicijama temperamenta. Ono što u ranim individualnim razlikama u temperamentu odražava negativnu afektivnost ima poseban utjecaj na reguliranje emocija i razvoj regulatornih sposobnosti (Yap i sur., 2007, prema Macuka, 2012), što potvrđuju i podaci dobiveni ovim istraživanjem. Također, prema modelu Rothbartove crta temperamenta uvijek je u podlozi upravljanja djetetovim reakcijama u samoregulaciji emocionalnosti. Dakle, analiziranim dimenzijama može se zaključiti da dimenzije temperamenta doprinose objašnjenju dimenzija emocionalne regulacije, odnosno labilnosti/negativnosti i emocionalne regulacije.

## 10. ZAKLJUČAK

Emocionalni razvoj djece od izuzetne je važnosti za djetetovo svakodnevno funkcioniranje. Dijete se već u ranom djetinjstvu uči prepoznavati i iskazivati svoja emocionalna stanja i emocije. Prilikom odrastanja djeca putem posrednih i neposrednih utjecaja usvajaju strategije emocionalnog reguliranja pa se smatra da okolina (prvenstveno roditelji, skrbnici) ima ključnu ulogu u ovom razdoblju (Salovey i Sluyter, 1999). No, u podlozi upravljanja djetetovim reakcijama, prema modelu Rothabrtove, uvijek je djetetova crta temperamenta. Većina istraživanja potvrdila je kako postoji povezanost emocionalne regulacije i temperamenta, odnosno da se u tumačenjima emocionalne regulacije mora uzeti u obzir i osobna karakteristika djeteta, prvenstveno njegov temperament (Macuka, 2012). Vrlo je važno tijekom djetetova odrastanja razumjeti njegove emocije i potrebe kako bi razvilo što bolju sposobnost emocionalnog reguliranja, a samim time i neometano funkcioniranje u društvu.

U provedenom istraživanju utvrđena je umjereno izražena dimenzija negativne afektivnosti. Nešto izraženija dimenzija temperamenta jest uroda, a najizraženija dimenzija temperamenta djece predškolske dobi jest ulaganje napora u aktivnosti. Dimenzija emocionalne regulacije ustanovljena je kao izraženija dimenzija, dok je labilnost/negativnost utvrđena kao slabije izražena dimenzija.

Nisu utvrđene statistički značajne razlike u dimezijama temperamenta i emocionalne regulacije s obzirom na djetetov spol. Jedina statistički značajna razlika vidljiva je u dimenziji temperamenta koja se odnosi na ulaganje napora u aktivnosti. Rezultati pokazuju da djevojčice za razliku od dječaka pokazuju izraženiji fokus pažnje, koncentraciju, uključenost u aktivnosti i da bolje primjećuju promjene oko sebe.

Nadalje, rezultati pokazuju statistički značajnu povezanost dimenzije temperamenta s dimezijama emocionalne regulacije. Dimenzije negativne afektivnosti i ulaganje napora povezane su s labilnošću/negativnošću i emocionalnom regulacijom. Ugoda/surgencija, odnosno pozitivna afektivnost povezana je s dimezijom labilnosti/negativnosti.

Rezultati su pokazali da temperament doprinosi u objašnjenju labilnosti/negativnosti i emocionalne regulacije. Uspoređujući s ostalim istraživanjima i teorijama u literaturi, može se zaključiti da su temperament i emocionalna regulacija značajno povezani, što se potvrdilo i ovim provedenim istraživanjem.

## 11. LITERATURA

1. Belsky, J., Fish, M., Isabella, R. A. (1991). *Continuity and discontinuity in infant negative and positive emotionality: Family antecedents and attachment consequences*. *Developmental Psychology*, 27(3), 421-431.
2. Berk, L. E. (2008). *Psihologija cjeloživotnog obrazovanja*. Naklada Slap: Jastrebarsko.
3. Berk, L. E. (2015). *Dječja razvojna psihologija*. Naklada Slap: Jastrebarsko.
4. Brajša-Žganec, A. (2003). *Dijete i obitelj – emocionalni i socijalni razvoj*. Naklada Slap: Jastrebarsko.
5. Cole, P. M., Martin, S. E., Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333.
6. Else-Quest, N. M., Hyde, S. J., Goldsmith, H. H., Van Hulle, C. A. (2006). *Gender differences in temperament: A meta – analysis*. *Psychological bulletin*, 132(1), 33-72.
7. Fox, N. A. (1998). *Temperament and regulation of emotion in the first year of life*. *Pediatrics - Official journal of the American Academy of Pediatrics*, 102(5), 1230-1235.
8. Fulgosi, A. (1994). *Biološke osnove osobina ličnosti*. Naklada Slap: Jastrebarsko.
9. Goleman, D. (1997). *Emocionalna inteligencija – zašto je važnija od kvocijenta inteligencije*. Mozaik knjiga: Zagreb.
10. Gračanin, A. (2005). *Afektivne, kognitivne, socijalne i zdravstvene posljedice emocionalne supresije*. *Psihologijske teme*, 14(1), 91-107.
11. Gross, J. J. (1999). *Emotion regulation: Past, present, future*. *Cognition and Emotion*, 13(5), 551-573.
12. Ljubešić, M. (2005). *Stimulacija emocionalnog razvoja djece*. *Hrvatski časopis za javno zdravstvo*, 1 (2). <http://hcjz.hr/index.php/hcjz/article/view/1302/1254>
13. Macuka, I., Smojver – Ažić, S., Burić, I. (2011). *Posredujuća uloga emocionalne regulacije u odnosu roditeljskog ponašanja prilagodbe mlađih adolescenata*. *Društvena istraživanja*, 21(2), 383-403.

14. Macuka, I. (2012). *Osobne i obiteljske odrednice emocionalne regulacije mlađih adolescenata*. Psihologijske teme, 21(1), 61-82.
15. Marčinko, I. i Ajduković, D. (2013). *Povezanost temperamenta, percepcije stresa i uspješne prilagodbe adolescenata*. Ljetopis socijalnog rada, 20(3), 363-386.
16. Oatley, K i Jenkins, J.M. (2003). *Razumijevanje emocija*. Naklada Slap: Jastrebarsko.
17. Putnam, S. P. i Stifter, C. A. (2008). *Reactivity and regulation: The impact of Mary Rothbart on the study of temperament*. Infant and child development, 17 (4), 311-320.
18. Rothbart, M. K. (1989b). *Temperament and development*. In G. A. Kohnstamm, J. E. Bates i M. K. Rothbart (Eds.) *Temperament in childhood*. Chichester: John Wiley & Sons, 187-249.
19. Rothbart, M. K. (2007). *Temperament, development, and personality*. Current directions in psychological science, 16(4), 207-212.
20. Rothbart, M. K. (2019). *Early temperament and psychological development*. Encyclopedia on early childhood development. University of Oregon: USA. <http://www.child-encyclopedia.com/temperament/according-experts/early-temperament-and-psychosocial-development>
21. Salovey, P. i Sluyter, D. (1999) *Emocionalni razvoj i emocionalna inteligencija: pedagoške implikacije*. Educa: Zagreb.
22. Starc, B., Čudina–Obradović, M., Pleša, A., Profaca B., Letica, M. (2004). *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi*. Golden Marketing – Tehnička knjiga: Zagreb.
23. Tan, P. Z., Armstrong, L. M., Cole, P.M. (2013). *Relations between temperament and anger regulation over early childhood*. Social development, 22(4), 755-772.
24. Thomas, A., Chess, S. (1977). *Temperament and development*. New York: Bruner/Mazel
25. Thompson, R. A. (1991). *Emotional regulation and emotional development*. Educational psychology review, 3(4), 269-297.
26. Vasta, R., Haith, M.M., Miller, S.A. (2005). *Dječja psihologija*. Naklada Slap: Jastrebarsko.
27. Zalewski, M., Lengua, L. J., Trancik, A., Wilson, A. C., Bazinet, A. (2011). *Emotion regulation profiles, temperament, and adjustment problems in preadolescents*. Child Development, 82(3), 951-966.



28. Walker, O. L., Berthelsen, D., Irving, K. (2001). *Temperament and peer acceptance in early childhood: Sex and social status differences*. *Child Study Journal*, 31, 177-192.

## 12. ŽIVOTOPIS

### Osobni podatci:

Dorotea Mudronja

9. listopada 1995.

Murterskih zadrugara 12

22243 Murter

Email: [dora.skevin@gmail.com](mailto:dora.skevin@gmail.com)

Mobitel: +385 99 379 0899

### Prijašnje radno iskustvo:

- Studentski poslovi :
  - Ugostiteljski poslovi (konobarica) / 4 sezone, ljeto 2011., 2012., 2013., 2014. / **Buffet Gajeta**  
/ 2 sezone, ljeto 2015., 2016. / **Caffe bar Gušter**
  - Rad u mjenjačnici / 1 sezona, ljeto 2017. / **Agencija Coronata**
  - Rad u **Turističkoj zajednici općine Murter – Kornati** / 1 sezona, ljeto 2019.
- Stručna praksa tijekom studiranja
- Stručno osposobljavanje za rad / 2018. – 2019. / **DV Spužvica, Tisno**
- Odgojiteljica / 2019. ☺/ **DV Spužvica, Tisno**

### Obrazovanje:

- Gimnazija Antuna Vrančića, Šibenik (2010. - 2014.)
- Rani i predškolski odgoj i obrazovanje, Filozofski fakultet Split (2014. – 2017.)
- Rani i predškolski odgoj i obrazovanje, Sveučilište u Zadru (2017. – 2020.)

**Posebna znanja i vještine:**

- Izvrsno poznavanje rada na računalu (Microsoft Office)
- Dobro poznavanje engleskog jezika
- Pasivno korištenje talijanskim jezikom
- Vozačka dozvola za B kategoriju

### 13. POPIS TABLICA

- Tablica 1. Prikaz pokazatelja deskriptivne statistike za temperament i emocionalnu regulaciju
- Tablica 2. Spolne razlike u temperamentu i regulaciji emocija
- Tablica 3. Prikaz povezanosti dječjeg temperamenta i regulacija emocija
- Tablica 4. Prikaz rezultata regresijske analize u kojoj je kriterijska varijabla labilnost/negativnost, a prediktorske varijable temperamenta
- Tablica 5. Prikaz rezultata regresijske analize u kojoj je kriterijska varijabla emocionalna regulacija, a prediktorske varijable temperamenta