

Pregledni rad
UDK 159.923.2

Ana Maria Marinac

Odjel društveno-humanističkih znanosti
Sveučilište u Slavanskom Brodu
Trg Ivane Brlić Mažuranić 2, 35000 Slavonski Brod
marinac.anamaria98@gmail.com

Odnos i razvoj pojma o sebi i samopoštovanja kod učenika osnovne škole

Sažetak

U ovome radu razrađen je pojam slike o sebi i samopoštovanja koje iz toga proizlazi. U radu je korištena starija i novija literatura domaćih i stranih autora te rezultati brojnih empirijskih istraživanja kako bi se što bolje razradilo određenje, dobilo uvid u razvoj pojma o sebi i samopoštovanja te istaknulo na koji način škola utječe na razvoj tih bitnih obilježja. Uzevši u obzir da je rano školsko doba najvažnije za razvoj samopoštovanja, važno je naglasiti ulogu učitelja te pronalaziti načine za razvoj pozitivne slike o sebi kod učenika, pri tome analizirajući i samouporavljajući na što sve pozitivna ili negativna slika utječe. Analiza i prikaz različitih empirijskih istraživanja te stajališta brojnih autora daju odgovor na to što učitelj može činiti i na koji način je potrebno pristupiti učeniku za razvoj pozitivne slike o sebi i stjecanje visokog samopoštovanja.

Ključne riječi: pojam o sebi, slika o sebi, samopoštovanje, učitelj, škola

Uvod

Razvoj pojma o sebi započinje vrlo rano, a preduvjet je za cjelokupan razvoj pojedinca, bilo da se radi o socijalnim odnosima, profesionalnom razvoju ili bilo kojem drugom području. S obzirom da je škola odgojno-obrazovna ustanova, valja se dobro osvrnuti na odgojni dio, koji je posebno naglašen po polasku učenika u školu. Razvoj slike o sebi utječe i na samopoštovanje učenika, koje će odrediti brojna obilježja, između ostaloga, i na školski uspjeh. Davno provedena istraživanja čiji se rezultati očituju i u današnjim empirijskim istraživanjima pokazuju da je izgradnja pozitivne

slike o sebi, a time i visokog samopoštovanja, dugotrajan, ali i vrijedan proces na koji poprilično utječe učitelj i školska zajednica u kojoj se učenik nalazi. Istraživanja pokazuju da je izgradnja samopoštovanja najvažnija u ranoj dobi, odnosno u mladoj školskoj dobi. Važnost i utjecaj škole na pojam o sebi poprima još veće značenje spoznajom da su intelektualna postignuća i socijalni odnosi jedan od najvažnijih izvora samopoštovanja djeca u ranoj školskoj dobi (Lacković-Grgin 1994). Sukladno tome, važno je prepoznati što je učeniku potrebno za izgradnju pozitivne slike o sebi i kakav pristup je potreban za razvoj visokog samopoštovanja. Svakome od učenika i na ovome području važno je pristupiti individualno, imajući na umu da su učitelji, zajedno s roditeljima polazna točka za svakog učenika (Berk 2015). U ovome radu prikazani su određenje i razvoj pojma o sebi i samopoštovanja, utjecaj odgojno-obrazovne institucije na razvoj pozitivne slike o sebi kod učenika te empirijska istraživanja koja daju odgovore na suvremena pitanja i problematiku o razvoju samopoštovanja učenika.

Određenje i razvoj pojma o sebi

Određenje pojma o sebi jedan je od temeljnih psihologijskih pitanja, o kojemu istražuju i pišu brojni autori. U znanstvenim radovima često se može naići na različite izraze koji označavaju pojam o sebi – slika o sebi, shema o sebi, samopromatranje, svijest o sebi, samoeфикаsnost, samoopažanje, samootkrivanje, samopouzdanje, samopoštovanje i sl. (Leary i Tangen 2003).

Slika koju mladi pojedinac razvije o sebi utječe na njegov cjelokupan rast i razvoj. Razvoj slike o sebi tema je koja desetljećima privlači veliki broj znanstvenika, ali sve češće i laika (Turk 2019), obzirom da živimo u vremenu kada se sve više podiže svijest o tome na koji način naša unutrašnjost utječe na naše izvanjsko. Upravo je slika koju pojedinac ima o sebi velik dio unutrašnjosti, koja se svakodnevno može vidjeti kroz ono što pojedinac radi, na koji način se odnosi prema sebi ili drugima i sl. Iako brojni autori sliku o sebi definiraju drugačijim izrazima, većina autora može se složiti da je pojam ili slika o sebi način na koji osoba percipira samu sebe. Koller-Trobović (1995) pojam o sebi definira kao cjelovitu, organiziranu, osobnu i subjektivnu percepciju samog sebe. Autori Hart i Karmel (1996) ističu da svaka definicija pojma o sebi sadrži dva temeljna područja – proces svijesti o sebi i stabilne mentalne reprezentacije o sebi. Marinić (2014) pojam o sebi opisuje kao skup kognitivnih i afektivnih elemenata koje se ispoljavaju kao predodžbe pojedinca o sebi, a mogu se razlikovati s obzirom na relevantnost i stabilnost koju im pridaje sam pojedinac. Turk (2019) sliku o sebi definira slično prethodnoj definiciji, odnosno kao mentalnu reprezentaciju osobne ličnosti, kao skup važnih informacija, stavova i uvjerenja koje pojedinac ima o sebi. Miljković i Rijevec

(2002) ističe da svaka osoba barem jednom postavlja sebi pitanje o tome tko je ona. Odgovor na to pitanje često pojedincu nije jasan i traži se kroz duži vremenski period. Na razvoj pozitivne slike o sebi utječu životna iskustva i postupci koje osoba čini, rezultat je svih uspjeha i neuspjeha. Isti autori ističu da je pojam o sebi čest odraz ponašanja drugih, posebice u ranom djetinjstvu. Dakle, pojam o sebi u svojoj suštini jest slika, misli i predodžbe koje pojedinac stvara o sebi.

Razvoj slike o sebi dugotrajan je proces koji ponajprije zahtijeva prihvaćanje samog sebe. Za potpuno prihvaćanje sebe potrebno je kritički promišljati o svojim postupcima, a ako pojedinac to izbjegava, česta je posljedica unutarnji konflikt, po kojemu slijedi i konflikt s drugim osobama (Miljković i Rijevec 2001). Negativna slika o sebi dovodit će do razvoja niskog samopoštovanja i samopouzdanja. Do niskog samopouzdanja dolazi ukoliko osoba ne uočava svoje vrijednosti, nego se zaokuplja svojim negativnim osobinama. Takve osobe najčešće neće dobro prihvatiti ni pohvalu, ni kritiku. U tom slučaju, svaka kritika koju pojedinac primi potvrdit će mišljenje koje pojedinac ima o sebi. Često se pri tome javlja osjećaj bespomoćnosti, prevelike samokritičnosti i sl. Osjećaj bespomoćnosti dovodi do naučene bespomoćnosti koja za osobni razvoj predstavlja dodatni i veliki teret.

Pojam o sebi osoba usvaja postupno. Za razumijevanje slike o sebi, važno je razumjeti korake od kojih se taj razvoj sastoji. Turk (2019) opisuje proces stvaranja slike o sebi koji započinje vrlo rano, od najranije dobi. Nakon rođenja dijete ne prepoznaje sebe kao zaseban dio, nego i svoju majku doživljava dijelom sebe. Nakon petnaest mjeseci prepoznaje se u zrcalu i razumije da je zasebna osoba, a ubrzo nakon toga prepoznaje sebe i na videozapisima. Nakon što dijete navrší dvije godine, jasno se prepoznaje na fotografijama i imenuje se sa zamjenicom „ja“. Uskoro sve češće počinje koristiti posvojnu zamjenicu „moj“, što u slučaju dvogodišnjaka samo označava granicu između sebe i okoline koja ga okružuje. Upravo su spomenute zamjenice dio razvoja pojma o sebi. Miljković i Rijevec (2002) ističu da dijete sebe upoznaje kroz igru, a sliku o sebi temelji uglavnom na odnosu s roditeljima i na komentarima starijih. Pojam koji dijete razvije o sebi već u ovoj dobi zasigurno će se kasnije odraziti na očekivanja koja će postaviti prema sebi, ali i na uspješnost u raznim aktivnostima. Djetinjstvo je izuzetno važno razdoblje, a za razvoj pojma o sebi gotovo je presudno s obzirom na činjenicu da se slika o sebi formira do oko dvanaeste godine. Iako autori pridaju različite nazive različitim izvorima, u pravilu se mogu složiti s nekoliko osnovnih izvora pojma o sebi – informacije neovisne o socijalnoj okolini, informacije u ovisnosti o socijalnom kontekstu, informacije koje proizlaze iz prethodno dva navedena tipa. Osoba informacije o sebi prikuplja na dva načina – introspekcijom ili promatranjem sebe i kroz proces samoopažanja (Marinić 2014). Brojna istraživanja pokazuju da se pojam o sebi u najvećoj mjeri mijenja obzirom na socijalnu interakciju (Cerver 2003). Socijalnom

usporedbom dijete još u najranijoj dobi razvija pojam o sebi, motreći ponašanja drugih iz najbliže socijalne okoline. Može se zaključiti da razvoj pojma o sebi uvelike ovisi o brojnim faktorima, ali je važno shvatiti da svi faktori u sebi uključuju djetetovu okolinu iz koje dijete dobiva povratne informacije o sebi. Važno je prepoznati i naglasiti odgovornost odraslih ljudi u životima najmlađih.

Shvaćanje i struktura pojma o sebi

Autor Marinić (2014) u svojoj doktorskoj disertaciji opisuje strukturu pojma o sebi. Naime, autor ističe nekoliko ranih istraživanja u kojemu se zaključuje da je pojam o sebi skup cjelovitih i individualnih informacija koje pojedincu daju predodžbu o tome kakav on jest, odnosno da je pojam o sebi jedinstveni pogled jednog pojedinca na samoga sebe. Kasnija istraživanja provedena šezdesetih godina dvadesetoga stoljeća do vode do zaključka da pojam o sebi ne može imati jedinstvenu strukturu, nego da je to kompleksna mentalna struktura proizašla iz odnosa pojedinca i društva. Brojni autori dolaze do sličnih spoznaja i potvrđuju kompleksnost pojma o sebi. Schlenker (1980) pojam o sebi opisuje kao višedimenzionalnu strukturu koja se sastoji od skupa predodžbi o sebi, pri čemu ističe da su neke predodžbe o sebi važnije od ostalih, neke su stabilne, a neke promjenjive i sl. Shavelson i Santon (1976) u svom istraživanju pojam o sebi predstavljaju kao skup predodžbi o sebi temeljenih na iskustvima s okolinom, interakciju s bliskim osobama, atribucijama vlastitih ponašanja i sl. Neke od tih predodžbi osoba zadržava kroz neko vrijeme i u različitim situacijama, pri čemu se one organiziraju u domene višeg reda iz čega se stvara fizički, socijalni, akademski ili neki drugi sličan pojam o sebi. Međutim, pojam o sebi najvišeg reda jest globalni pojam o sebi. Ovakve reprezentacije raznih empirijskih istraživanja usvajaju, prihvaćaju i ističu brojni autori (Markus i Wurf 1987). O globalnom pojmu o sebi niti jedan autor nije mogao dati potpun odgovor, stoga su se autori sve više usmjeravali na istraživanje specifičnih područja pojma o sebi te njihov doprinos osobnom zadovoljstvu te psihičkoj prilagodbi (Showers i Zeigler-Hill 2003). O tome koliko pojam koji pojedinac usvoji o sebi utječe na njegovo ponašanje pokazuje istraživanje autora Linvillea (1987) koje pokazuje izuzetnu povezanost između usvojenog pojma o sebi, životnog stresa i zadovoljstva, pri čemu pojam o sebi služi kao umanjitelj stresnosti, štiteći pojam o sebi od trajnih negativnih utjecaja. Ross i Nisbett (1991) u svom istraživanju dolaze do zaključka da izgrađeni centralni pojam o sebi pojedincu omogućuje da im nije potrebna ponovna izgradnja određenih aspekata pojma o sebi, nego svoja specifična ponašanja koja proizlaze iz centralnog pojma o sebi. Linvillein model (1987) razrješava prethodne navode ističući da pojedinac koji je tijekom života imao nisku razinu stresa pokazuje usklađeniji pojam

o sebi u odnosu na pojedince koji su tijekom života doživljavali visoku razinu stresa, razvijajući kompleksan pojam o sebi i time osiguravajući zaštitu od stresnih utjecaja i većeg osobnog zadovoljstva. Shodno tome, Oyserman i Markus (1990) provode istraživanje i pokazuju da je pojam o sebi temeljen na pozitivnim očekivanjima pojedinca usmjeren prema akciji, dok suprotno negativna očekivanja pojma o sebi pojedincu omogućuju upornost i energiju. Marinić (2014) prikazuje rezultate suvremenih istraživanja i zaključuje da je pojam o sebi skup osobnih predodžbi o sebi koje ne pokazuju samo što osoba u određenom trenutku jest, već i ono što pojedinac može, želi ili ne želi biti.

Neki autori razlikuju pojam javnog i privatnog sebe. Baumeister i Tice (1986) javni pojam o sebi opisuju kao sveukupnost karakteristika koje se pokazuju drugim ljudima, dok se privatni pojam o sebi sastoji od pojma o sebi, aktualnom ja i idealnom ja. Aktualni ja predstavlja trenutnu stvarnost osobe. Pojam o sebi u ovom je slučaju rezultat različitih interpretacija pogrešaka. Idealni ja označava osobu kakvom se želi postati.

Pojam o sebi vrlo je složena, višedimenzionalna struktura, a može se promatrati u različitim kontekstima. Pojedinac ga razvija ponajviše u odnosu na predodžbe koje je razvijao o sebi. Ukupnost tih predodžbi čine globalni pojam o sebi, iz kojega proizlaze sva ponašanja i očekivanja osobe. Globalni se pojam o sebi može raščlaniti na brojna područja, a pod velikim je utjecajem životnih iskustava, razina stresa, očekivanja i sl. Činjenica o tome kada se pojam o sebi počinje razvijati, dovodi do spoznaje o tome koliko odrasli utječu na njega. Polaskom djece u školu, jedno od područja globalnog pojma jest akademsko poimanje sebe. Prema tome, utjecaj učitelja, uz roditelje i ostalu blisku socijalnu okolinu gotovo je ključan za stjecanje pozitivnog pojma o sebi. Pristupajući svakome učeniku individualno, pronalazeći pokretač motivacije i samopouzdanja i naglašavajući trud prije urođenih sposobnosti, učenik će razviti pozitivan pojam o sebi koji će ga dovoditi do uspjeha u gotovo svim sferama života.

Samopoštovanje u mlađoj školskoj dobi

Razvoj samopoštovanja jedno je od temeljnih zadataka odgojnog dijela nastavnog procesa. Razvoj samopoštovanja naslanja se na sliku koju je učenik izgradio o sebi. Valja se osvrnuti na ono čemu djeca u mlađoj školskoj dobi pridaju najveću pozornost. Coopersmith (1967) istražuje što prethodi samopoštovanju te rezultatima svog istraživanja pokazuje da ponajviše utječu socijalni uvjeti i subjektivna iskustva djeteta. Jedno od istraživanja na području Republike Hrvatske provela je autorica Lacković-Grgin (1990) kojim potvrđuje rezultate istraživanja provedenog 1987. godine, kojim

autor Chiu pokazuje da najviše samopoštovanje imaju oni učenici koji su dio popularnog dijela razreda. Lacković-Grgin (1994) ističu da djeca u dobi od šest do jedanaest godina ponajviše u obzir uzimaju vanjski izgled te socijalne i intelektualne kompetencije. Mendelson i White (1985) predstavljaju rezultate svoga istraživanja u kojemu je pokazana povezanost između tjelesne težine i samopoštovanja. Kada je riječ o tjelesnom izgledu, valja se osvrnuti i na spolne razlike u samopoštovanju upravo zbog toga što se takve razlike temelje ponajviše na tjelesnom izgledu. Derek (2003) svojim istraživanjem dolazi do rezultata koji potvrđuju da djevojčice dobivaju više masnoga tkiva i time im se narušava samopoštovanje, suprotno od dječaka koji dobivaju više mišićne mase i time postaju zadovoljniji. Izvor socijalne i intelektualne kompetencije u toj dobi jest upravo škola, a nalazi istraživanja Dijkstra i sur. (2007) pokazuje da uzrok nižeg samopoštovanja mogu biti vršnjačke grupe, posebice kod djevojčica. Međutim, djeca već u toj dobi sebi počinju pridavati prilično negativne atribute. Isti autor ističe da je razvoj slike o sebi već tada potaknut socijalnim kontaktima iz školskog okruženja, kao i promjenama u kognitivnom funkcioniranju. Nadalje, djeca postaju sposobna klasificirati stvari iz vanjskog svijeta, ali i hijerarhijski organizirati atribute kojima opisuju sami sebe. Po tome se djeca sve manje osvrću na fizičke osobine, a sve više govore o nevidljivim obilježjima poput emocija (Vasta i sur. 1998). Učenici od prvog do četvrtog razreda uočavaju po čemu se ističu u odnosu na svoje vršnjake. Zadaća učitelja u tom razdoblju jest naglašavati individualnost, a razliku između učenika objasniti kao nešto što nas obogaćuje i oplemenjuje kao društvenu zajednicu. Učitelj je u ovome vremenu čvrst oslonac učenicima, a svakom je djetetu u toj dobi potrebna bar jedna osoba od povjerenja. Brajša-Žganec i sur. (2000) svojim istraživanjem potvrđuju prethodne navode reprezentirajući rezultate istraživanja u kojima je pokazano da je roditeljska podrška značajan prediktor većeg samopoštovanja, a roditeljska i učiteljeva podrška značajno utječu na sliku koju učenik gradi o sebi.

Razvojem pozitivne ili negativne slike o sebi razvija se visoko ili nisko samopoštovanje. Miljković i Rijevec (1996) samopoštovanje definiraju kroz vrijednosnu i emocionalnu komponentu pojma o sebi. Samopoštovanje je osobna procjena sebe, koja često nije povezana s objektivnom procjenom vlastitih sposobnosti i vrijednosti. Vasta i sur. (1998) samopoštovanjem smatra uvjerenja koja djeca razviju o sebi. Samopoštovanje, baš kao i fenomen pojma o sebi, jedno je od najviše istraživanih psiholoških pojmova. James (1980, prema Miljković i Rijevec 1996) pokušava dati formulu za određenje razine samopoštovanja – samopoštovanje = postignut uspjeh/očekivanja. Promatrajući ovu formulu možemo zaključiti da su važna očekivanja koja zadajemo sebi. Važno je da osoba ima realna očekivanja, a to je jedna od zadata škole – naučiti učenike postavljati realna očekivanja od sebe. Kolić-Vehovec (1998) ističe da su djeci važne povratne informacije roditelja, učitelja i vršnjaka, kao jedan od izvora izgradnje

samopoštovanja. Coopersmith (1967) svojim istraživanjem pokazuje da je najvažniji period za razvoj samopoštovanja rano djetinjstvo, a izvor su kvaliteta odnosa s roditeljima i najbližom socijalnom okolinom. Harter (1990) u svojim empirijskim istraživanjima dolazi do spoznaje da je samopoštovanje kod adolescenata više pod utjecajem odobravanja ili neodobravanja od strane vršnjaka iz razreda negoli bliskih prijatelja. Upravo ta spoznaja upućuje učitelje na to koliko je važna njihova uloga u uređenju socijalnih odnosa u razredu koji vodi. Thomaes i sur. (2010, prema Oblačić i sur. 2015) ispituje vezu s odobravanjem vršnjaka i samopoštovanja u predadolescentnoj dobi te zaključuje da je nakon odobravanja samopoštovanje raslo, a nakon neodobravanja padalo. Hintsanen i sur. (2010) provode istraživanje na uzorku od 3941 učenika u finskim školama te uočavaju visoku povezanost samopoštovanja i prihvaćenosti od strane vršnjaka. Kingery i sur. (2011) provode istraživanje na uzorku od 365 učenika u predadolescentnoj dobi te zaključuje da su odnosi s vršnjacima prediktori samopoštovanja, školskog postignuća, osjećaja usamljenosti ili uključenosti u razrednoj zajednici.

Razvoj visokog ili niskog samopoštovanja utječe na gotovo sve aspekte u životu osobe. Saliral (2011) u svom radu objašnjava da visoko samopoštovanje nije vezano za smatranje sebe savršenom osobom, nego osobom koja je svjesna svojih nedostataka koje nastoji promijeniti, ali uz to zadržava pozitivno mišljenje o sebi. Jedinstven izvor samopoštovanja jest model koji dijete promatra u svojim roditeljima i učiteljima. Međutim, Miljković i Rijevec (1996: 20) dobivaju suprotne rezultate istraživanja. Naime, postoje iznimne osobe, koje razvijaju nisko samopoštovanje iako su odrasle u gotovo idealnim uvjetima. S druge strane, postoje osobe koje ne dolaze iz idealnih obitelji, ali razvijaju visoko samopoštovanje.

Samopoštovanje proizlazi iz pozitivnog ili negativnog pojma o sebi. Odgojne zadaće škole posebno su važne za učenike mlađe školske dobi jer se tada u njih „usađuje“ sustav vrijednosti koji se odnosi na njih same, ali i na druge ljude. Jedna je od temeljnih zadaća razvoj samopoštovanja učenika. Slično kao i kod pojma o sebi, samopoštovanje jest pod velikim utjecajem vršnjačkih odnosa, odnosa s roditeljima, uspjesima, predodžbom o sebi i dr. Važno je naglasiti da na sve izvore samopoštovanja u toj dobi učitelj može i mora utjecati. Socijalni odnosi u razredu posljedica su uređenja koje na samome početku u razred unosi učitelj. Odrasli ponašanja učenika u razredu najčešće je odraz ponašanja učitelja. Upoznavajući učenike s individualnim razlikama između svakoga pojedinca i učeći ih na koji način prihvatiti različitost, učitelj obogaćuje sliku u razredu i čini razredno ozračje ugodnije za sve učenike. Nadalje, sve više se naglašava suradnja škole i roditelja, koja ukoliko je ostvarena, u velikoj mjeri može utjecati na razvoj visokog samopoštovanja, pravilnim pristupom učitelja i roditelja i sretnim odrastanjem učenika.

Škola kao izvor samopoštovanja

Polazak u školu za svakog učenika predstavlja izazovno i burno razdoblje. Školsko doba vrijeme je u kojemu dijete doživljava svoje uspjehe, neuspjehe i različita postignuća koja će rezultirati osjećajima ponosa ili sumnje u sebe. Obzirom da se slika o sebi u toj dobi još uvijek razvija, dijete veliku pozornost daje procjenama odraslih (Brdar i Rijevec 1998: 98). Samopoštovanje će ovisiti o ponašanju odraslih iz djetetove uže socijalne okoline (Lebedina-Manzoni i sur. 2008). Bliski odnosi s učiteljima povećat će akademske i socijalne vještine, a time i utjecati na samopoštovanje učenika (Šimić Šašić 2017). Učenici s pozitivnijom slikom o sebi češće aktivno sudjeluju u nastavnom procesu, motivirani su, izražavaju svoje mišljenje... Postavljaju realna očekivanja prema sebi, a ne boje se zatražiti pomoć odraslih ukoliko zaključe da im je ona potrebna. Neuspjeh koji dožive pripisuju vanjskim izvorima (Brdar i Rijevec 1998: 94). Djeca koja su razvila visoko samopoštovanje boljeg su fizičkog i psihičkog zdravlja, bolje se nose sa stresom, zadovoljnija su, a vjeruju da svojim naporima dolaze do uspjeha, manje su depresivna i lakše podnose kritike (Tomljenović i Nikićević-Milković 2005, prema Oblačić i sur. 2015). Suprotno tome, djeca koja su razvila niže samopoštovanje često su opterećena mišljenjem drugih ljudi, pri čemu najčešće zaključuju o negativnom stavu drugih prema njima. Iz tog razloga se često osjećaju odbačenima i rijetko započinju nove kontakte. Nadalje, učenici koji su prihvaćeni u svome razredu imaju iskustvo pripadanja školi i postižu bolji školski uspjeh (Wentzel, 2009 prema Oblačić i sur. 2005).

Kada govorimo o tome što pozitivna ili negativna slika o sebi uzrokuje i na koji se način odražava kod učenika, valja pronaći odgovore na koji način učitelj može utjecati na razvoj pojma o sebi kod svojih učenika. Rijevec (1994) krajem prošloga stoljeća opisao je na koji način učenik s izgrađenim samopoštovanjem djeluje te je istaknuo da je izgrađeno samopoštovanje poput proročanstva koje se ispunjava. Učenici koji imaju niže samopoštovanje češće će očekivati i realizirati neuspjeh. Na taj način stvarat će sve čvršća negativna uvjerenja o sebi. Uloga je učitelja da u ovome slučaju pronađu način kako učenika izvesti iz kolotečine negativnih uvjerenja u kojoj se nalazi. Potrebno je učenike usmjeravati prema njihovim uspjesima, naglašavajući više uspjeh od neuspjeha. Pronalaziti odgovore na pitanja zašto učenik doživljava neuspjeh i sl. Fredrickson (1998) svojim istraživanjem potvrđuje da pozitivne emocije imaju pozitivan utjecaj na fizičke, intelektualne i socijalne vještine. Nalazi istraživanja autora Ivanković i Rijevec (2012) desetak godina kasnije pokazuju gotovo iste rezultate. Nekić i sur. (2016) prikazuju rezultate istraživanja u kojemu se vršnjački odnosi pokazuju bitnijima za djecu s niskim samopoštovanjem, nego za djecu s visokim samopoštovanjem. Nadalje, istraživanja koja u svom radu prikazuju autori Burić i sur. (2007) pokazuju da učenici s

lošijim ocjenama imaju niže samopoštovanje te da vrednovanje učenika u velikoj mjeri utječe na njihovo samopoštovanje. Tome u prilog ide i činjenica da djeca u dobi od šest do sedam godina razvijaju četiri područja samopoštovanja, a jedno od njih je školsko samopoštovanje (Berk 2015). Rijevec i sur. (2008) ističu nekoliko načina za razvoj samopoštovanja, a mogu se primijeniti i na učenike u razredu: valja se osvrnuti na vlastite talente, pridati im vrijednost i preuzeti odgovornost za njih. Potrebno je pronalaziti motivaciju kako bi se potaknulo djelovanje i vjera u ono što se radi. Izgradnja odnosa od povjerenja važna je učenicima, posebno učenicima mlađe školske dobi. Valja naglasiti i prethodne uspjehe, koji potiču nova pozitivna iskustva. Autori zaključuju da je najbolji način usmjeravati i naučiti učenike da definiraju vlastite ciljeve uzimajući u obzir realna očekivanja, a nakon toga i usmjerenju i pronalasku smisla u onome što se radi.

Valja imati na umu da je period od polaska u školu do četvrtog razreda osnovne škole važan period za izgradnju samopoštovanja. Nakon toga razdoblja samopoštovanja kod većine učenika raste, posebice kod učenika koji su do tada razvili visoko samopoštovanje. Međutim, za manji broj djece to nije tako. Neki učenici doživljavaju priličan pad samopoštovanja prelaskom u više razrede osnovne škole ili upisom u srednju školu. Stoga je uistinu važno neprestano razvijati i utjecati na samopoštovanje učenike, od najranije dobi do završetka školovanja (Berk 2015).

Neupitno je koliko škola utječe na samopoštovanje učenika. Izgradnjom visokog samopoštovanja, učenici se aktivno uključuju u nastavni proces, bez straha se uključuju u različite aktivnosti s područja svojih interesa, motivirani su za rad jer im prethodna iskustva pokazuju da se trudom sve može postići, a time razvijaju i pozitivna očekivanja od sebe. Neuspjeh doživljavaju kao nedovoljan trud, što ih dovodi do boljeg školskog uspjeha, boljeg psihičkog i fizičkog zdravlja, manje depresivnosti i sretnijeg odrastanja. Nakon završetka škole sve to prenose i na daljnji životni put koji je pred njima, s vrlo dobrim i pozitivnim temeljima za uspjeh.

Zaključak

Razvoj pojma o sebi jedno je od najčešće istraživanih psihologijskih pitanja u godinama koje su prethodile. Pojam koji je pojedinac razvio o sebi utjecat će na sve sfere njegovog života, od procesa učenja, socijalizacije do ukupnog razvoja osobnosti (Tasić 1994). Upravo je to razlog zbog kojega brojni autori prepoznaju važnost utjecaja na razvoj pojma o sebi, posebno kod učenika mlađe školske dobi (Turk, 2019). Istraživanja koja su provedena posljednjih godina potvrđuju da je pojam o sebi jedan od

temeljnih psihologijskih koncepata. Njegova je uloga ključna u brojnim područjima, a posebno na području obrazovanja. (Marhs i Martin 2011). Brojni autori u svojim radovima predlažu definicije pojma o sebi, no sve definicije usmjerene su prema kognitivnim i afektivnim strukturama koje se očituju kao predodžbe pojedinca o samome sebi. Važno je pitanje što sve utječe na sliku koja se poprima o sebi, a odgovor je vrlo kompleksan. Naime, pojam o sebi ukupnost je životnih iskustava, postupaka, uspjeha i neuspjeha. Razvoj slike o sebi započinje vrlo rano, a u ranom djetinjstvu najvažniji su postupci odraslih (Mijoković i Rijevec, 2002). Usvojenost pozitivnog ili negativnog pojma o sebi bitno će se razlikovati i potpuno drugačije će se razlikovati kod različitih pojedinaca. Također će utjecati i na razvoj samopoštovanja. Razvoj visokog samopoštovanja jedno je od temeljnih zadatak svakoga tko se susreće s djetetom. Kako bi se svjesno utjecalo na samopoštovanje valja istražiti čemu učenici koji se nalaze ispred učitelja pridaju najveću pozornost i od čega se sastoji struktura njihova samopoštovanja. Provedena su brojna empirijska istraživanja i predstavljeni su rezultati u kojima je potvrđen izuzetan utjecaj socijalne okoline na dijete, kao i intelektualne kompetencije koja će djetetu služiti kao odraz onoga koliko ono vrijedi i koliko je sposobno učiniti (Mendelson i White 1985; Lacković-Grgin 1994; Lebedina-Manzoni i sur 2008). Djeca se posebno osvrću i na svoje tjelesne osobine, koje uvelike određuju razinu samopoštovanja (Derek 2003), a razvoj zdravih navika koje će na to utjecati također je jedna od temeljnih zadatak škole. Iz svih navedenih empirijskih istraživanja važno je primiti poruku da je potrebno preuzeti odgovornost za mlade populacije. Nisko samopoštovanje može biti vrlo opasno dolaskom u adolescenciju, stoga je velika odgovornost na roditeljima, učiteljima i ostalim važnim osobama u djetetovom životu. Razvoj samopoštovanja omogućit će učeniku veći akademski uspjeh, razvoj interesa, vjeru u sebe i motivaciju za djelovanje u gotovo svim situacijama bez povlačenja.

Literatura

1. Baumeister, Roy i Tice, Diane. 1986. *Four selves, two motives, and a substitute process self-regulation model*. Springer-Verlag. New York.
2. Brajša-Žganec, Andreja, Franc, Renata i Raboteg-Šarić, Zora. 2000. Dimenzije samopoimanja djece u odnosu na opaženu socijalnu podršku iz različitih izvora. *Društvena istraživanja*. 9/6. 897-912.
3. Berk, Laura E. 2015. *Dječja razvojna psihologija*. Naklada Slap. Jastrebarsko.
4. Brdar, Ingrid i Rijavec, Majda 1998. *Što učiniti kad dijete dobije lošu ocjenu?*. Zagreb: IEP. Zagreb.

5. Burić, Irena, Macuka, Ivana, Sorić, Izabela, Vulić-Prtorić, Anita. 2007. Samopoštovanje u ranoj adolescenciji: važnost uloge roditeljskoga ponašanja i školskoga dostignuća. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*. 17/4-5. 887-906.
6. Chiu, Lian-Hwang. 1987. Sociometric status and self-esteem of american and chinese school children. *The journal of psychology: Interdisciplinary and applied*. 121/6. 547-552.
7. Coopersmith, Stanley. 1967. *The antecedents of self-esteem*. Freeman. San Francisco.
8. Derek, Puddester. 2003. Puberty in context. Cambridge University Press. New York.
9. Dijkstra, Jan Kornelis, Lindenberg, Sigewart i Veenstra, Rene. 2007. Same-gender and cross-gender peer acceptance and peer rejection and their relation to bullying and helping among preadolescents: Comparing predictions from gender-homophily and goal-framing approaches. *Developmental Psychology*. 43/6. 1377-1389.
10. Fredrickson, Barbara L. 1998. What good are positive emotions?. *Review of General Psychology*. 2/3. 300-319.
11. Harter, Susan. 1990. *Causes, correlates and the functional role of global self-worth: A life-span perspective*. CT: Yale University Press. New Haven.
12. Hintsanen, Mirka, Alatupa, Saija, Pullmann, Helle, Hirstiö -Snellman, Paula i Keltikangas-Jarvinen, Liisa. 2010. Associations of self-esteem and temperament traits to self- and teacher-reported social status among classmates. *Scandinavian Journal of Psychology*. 51/6. 488-494.
13. Ivanković, Melita, Rijavec, Majda. 2012. Utjecaj provođenja programa pozitivne psihologije na optimizam i razredno ozračje kod učenika četvrtog razreda osnovne škole. *Napredak: časopis za interdisciplinarna istraživanja u odgoju i obrazovanju*. 153/2. 219 – 233.
14. Kingery, Julie Newman, Erdley, Cynthia A. i Marshall, Katherine C. 2011. Peer acceptance and friendship as predictors of psychosocial and academic adjustment across the transition to middle school. *Merrill Palmer Quarterly*. 57/3. 215-243.
15. Koller-Trobović, Nivex. 1995. Razlike u samoprocjeni slike o sebi djece s aktivnim i djece s pasivnim oblicima poremećaja u ponašanju. *Kriminologija & socijalna integracija: časopis za kriminologiju, penologiju i poremećaje u ponašanju* 3/1. 71-76.
16. Kolić-Vehovec, Svjetlana. 1998. *Edukacijska psihologija*. Rijeka: Filozofski fakultet. Rijeka.
17. Lacković-Grgin, Katica. 1990. Sociometrijski položaj i samopoštovanje kod djece osnovnoškolske dobi. *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru*. 29/6. 135-142.
18. Lacković-Grgin, Katica. 1994. *Samopoimanje mladih*. Jastrebarsko: Naklada Slap. Jastrebarsko.
19. Leary, Mark R., Schreindorfer, Lisa S. i Haupt, Alison L. 1995. The role of self-esteem in emotional and behavioral problems: Why is low self-esteem dysfunctional?. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 14. 297-314.
20. Lebedina-Manzoni, Marija, Lotar, Martina, Ricijaš, Neven. 2008. Podložnost vršnjačkom pritisku i samopoštovanje kod studenata. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*. 44/1. 77-92.
21. Linville, Patricia W. 1987. Self-complexity as a cognitive buffer against stressrelated illness and depression. *Journal of personality and social psychology*. 52/4. 663-676.

22. Marinić, Damir. 2014. *Uloga strukturalnih varijabli samopoimanja u dinamizmu samoevaluacije: provjera modela „društva pojma o sebi“*. Doktorski rad. Filozofski fakultet. Sveučilište u Zagrebu. Zagreb. 198 str.
23. Markus, Hazel i Wurf Elissa. 1987. The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual Review of Psychology*. 38. 299-337.
24. Marsh, Herb i Martin J. Andrew. 2010. Academic self-concept and academic achievement: Relations and causal ordering. *British Journal of Educational Psychology*. 8/1. 59-77.
25. Mendelson, Beverley K. i White, Donna R. 1985. Development of self-body-esteem in overweight youngsters. *Developmental Psychology*. 21/1. 90-96.
26. Miljković, Dubravka i Rijavec, Majda. 1996. *Razgovori sa zrcalom, psihologija samopouzdanja*. IEP. Zagreb.
27. Miljković, Dubravka i Rijavec, Majda. 2002. *Bolje biti vjetar nego list: psihologija dječjeg samopouzdanja*. IEP-D2. Zagreb.
28. Miljković, Dubravka i Rijavec, Majda. 2001. *Razgovori sa zrcalom – psihologija samopouzdanja*. IEP-D2. Zagreb.
29. Nekić, Marina; Uzelac, Ena i Jurkin, Marina. 2016. Uloga samopoštovanja i vršnjačkog pritiska u objašnjenju usamljenosti adolescenata. *Acta Iadertina*. 13/1. 41-63.
30. Oblačić, Ivana; Velki, Tena i Cakić, Lara. 2015. Odnos samopoštovanja i socijalnog statusa kod učenika nižih razreda osnovne škole. *Školski vjesnik*. 64/1. 153-172.
31. Oyserman, Daphna i Markus, Hazel R. 1990. Possible selves and delinquency. *Journal of personality and social psychology*. 59. 112-125.
32. Rijavec, Majda. 1994. *Čuda se ipak događaju: Psihologija pozitivnog mišljenja*. IEP. Zagreb.
33. Rijavec, Majda; Miljković, Dubravka; Brdar, Ingrid. 2008. *Pozitivna psihologija*. IEP-D2. Zagreb.
34. Ross, Lee i Nisbett i Richard E. 1991. *The person and the situation: Perspectives of social psychology*. McGraw-Hill. New York.
35. Shavelson, Richard i Santon, George. 1976. Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*. 46/3. 407-441
36. Schlenker, Barry R. 1980. *Impression management*. Monterey CA: Brooks/Cole.
37. Turk, Veronika. 2019. *Razvoj pojma o sebi i rodnog identiteta*. Diplomski rad. Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti. Sveučilište u Puli. Pula. 35 str.
38. Vasta, Ross; M. Haith, Marshal i Miller, Scott. 1998. *Dječja psihologija*. Naklada Slap. Jastrebarsko.
39. Sarilar, Jasminka. 2011. *Istraživanje stvaranja pozitivne slike o sebi*. Diplomski rad. Učiteljski fakultet. Sveučilište u Osijeku.
40. Showers, Carolin J. i Zeigler-Hill, Virgil. 2003. *Organization of self-knowledge: Features, functions and flexibility*. Guilford. New York.
41. Šimić Šašić, Slavica. 2017. Doprinos učeničkoga temperamenta i interpersonalnoga ponašanja nastavnika u objašnjenju samopoštovanja i školskoga uspjeha učenika. *Školski vjesnik*. 66/3. 403-421.

42. Tasić, Dejana. 1994. Djetetov pojam o sebi i ispoljavanje poremećaja u ponašanju. *Kriminologija & socijalna integracija: časopis za kriminologiju, penologiju i poremećaje u ponašanju*. 2/2. 97-107.

Attitude and development of self-concept and self-esteem in primary school students

Abstract

In this paper, the notion of self-image and self-esteem that arises from it is elaborated. The paper uses older and newer literature by domestic and foreign authors and the results of numerous empirical studies to better develop the definition, gain insight into the development of self-concept and self-esteem and highlight how school influences the development of these important characteristics. Given that early school is the most important for the development of self-esteem, it is important to emphasize the role of teachers and find ways to develop positive self-images in students, analyzing and self-warning what all positive or negative images affect. The analysis and presentation of various empirical research and the views of many authors provide an answer to what a teacher can do and how it is necessary to approach the student to develop positive self-images and gain high self-esteem.

Keywords: *self-concept, self-image, self-esteem, teacher, school*